

STIMULASI *BABY MASSAGE* TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN BAYI USIA 7-12 BULAN DI PUSKESMAS KECAMATAN CILANDAK

Frenta Helena Simaibang^{1*}, Lusi Ferawati Simanjuntak², Dewi Kurniati³, Sri
Dinengsih⁴

¹Program Studi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus, Jakarta. Jl. Salemba Raya
No.41, RT.3/RW.5, Paseban, Kec. Senen, Jakarta Pusat 10440.

^{2,3,4}Program Studi Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Nasional, Jakarta. Jl.Sawo
Manila, Pejaten Ps. Minggu Jakarta 12520

Email: frentaelenasimaibang@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Pertumbuhan dan perkembangan bayi sangat bergantung pada pemenuhan nutrisi. Beberapa masalah yang sering terjadi dalam pemenuhan nutrisi yakni kesulitan makan sehingga dapat menyebabkan terjadinya gangguan pertumbuhan pada bayi. *Baby massage* dapat meningkatkan penyerapan makanan sehingga bayi lebih cepat lapar dan bayi akan lebih sering menyusu. Tujuan: untuk mengetahui pengaruh *baby massage* terhadap berat badan bayi pada umur 7-12 bulan. Metodologi: Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif quasi eksperimen, menggunakan rancangan *two group pretest-posttest design*. Populasi dalam penelitian ini bayi usia 7-12 bulan di Puskesmas Kecamatan Cilandak. Jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 30 orang yang terdiri dari 15 orang kelompok intervensi dan 15 orang kelompok kontrol. Data dianalisis menggunakan *paired t-test* dan *Independent-test*. Hasil: Pada penelitian ini diperoleh nilai *significancy* hasil *uji paired t-test* sebesar 0,000 ($P=0,000 < 0,05$) yang berarti ada pengaruh *baby massage* terhadap kenaikan berat badan bayi. Rata-rata berat badan sebelum diberikan perlakuan adalah sebesar 8,413 kg dan setelah diberikan perlakuan menjadi 9,313 kg. Simpulan: Bayi yang diberikan rangsangan atau stimulus berupa *baby massage* mengalami kenaikan berat badan yang lebih besar daripada bayi yang tidak diberikan rangsangan atau stimulus *baby massage*.

Kata Kunci: Baby Massage, Berat Badan, Bayi Usia 7-12 Bulan

ABSTRACT

Background: Infant growth and development is highly dependent on nutritional fulfilment. Some of the problems that often occur in the fulfilment of nutrition are feeding difficulties that can cause growth disorders in infants. Baby massage can increase food absorption so that babies are hungry faster and babies will suckle more often. Objective: To determine the effect of baby massage on infant body weight at 7-12 months. Methodology: This study used quasi-experimental quantitative research, using a two group pretest-posttest design. The population in this study were infants aged 7-12 months at the Cilandak District Health Centre. The number of respondents in this study was 30 people consisting of 15 people in the intervention group and 15 people in the control group. Data were analysed using paired t-test and Independent-test. Results: In this study, the significance value of the paired t-test test results was 0.000 ($P=0.000 < 0.05$), which means that there is an effect of baby massage on infant weight gain. The average body weight before treatment was 8,413 and after treatment it was 9,313. Conclusion: Infants who are given stimulation or stimulus in the form of baby massage experience greater weight gain than infants who are not given stimulation or stimulus baby massage.

Keywords: Baby Massage, Weight Gain, 7-12 Months Old Baby

PENDAHULUAN

Pada tahun 2017 *World Health Organization* (WHO) menyatakan angka kejadian berat badan bayi di dunia masih dibawah standar yaitu lebih dari 5% dengan prevalensi *underweigh* di asia tenggara 26,9%. Sedangkan prevalensi *underweigh* di dunia secara global sebesar 14%. Berdasarkan hasil Riskesdas (2018) didapatkan hasil prevalensi anak dengan kesulitan makan sebesar 33,6%, dimana 44,5% diantaranya menderita malnutrisi ringan sampai sedang dan 79,2 % dari subjek penelitian telah mengalami kesulitan makan lebih dari 3 bulan.

Pemerintah Pusat dan pemerintah daerah berkewajiban menyediakan fasilitas dan menyelenggarakan upaya kesehatan yang komprehensif bagi anak, agar setiap anak mendapatkan derajat kesehatan yang optimal. Upaya kesehatan komprehensif meliputi upaya: promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif, baik untuk pelayanan kesehatan dasar maupun rujukan (pasal 44 UU RI Nomor 35 Tahun 2014 on Child Protection). One of the promotional efforts that can be done to overcome children's health is a manual technique in the form of massage stimulation (Kemenkes RI, 2020).

Bayi memiliki tiga kebutuhan yang harus dipenuhi oleh orang tua, yaitu kebutuhan fisik-biologis yang berguna untuk pertumbuhan otak, sistem sensorik, serta motorik. Kecerdasan emosi

interpersonal dan intrapersonal melalui kebutuhan kasih sayang, serta kebutuhan stimulus atau rangsangan untuk meningkatkan mekanisme kerja system sensorik dan motorik. Hal terpenting dalam tumbuh kembang anak adalah adanya rangsangan atau stimulus (Anggraini,2019).

Stimulasi yang sesuai dan memadai akan merangsang otak anak sehingga anak mengembangkan kemampuan gerak, bicara dan bahasa, sosialisasi dan kemandirian, serta perilaku dan emosi secara optimal sesuai usianya. Deteksi dini penyimpangan perkembangan diperlukan untuk menyingkirkan kemungkinan terjadinya penyimpangan, antara lain dengan menindaklanjuti setiap keluhan dari orang tua tentang masalah tumbuh kembang anaknya. Kegiatan stimulasi, deteksi penyimpangan tumbuh kembang anak dan intervensi dini yang komprehensif dan terkoordinasi akan meningkatkan kualitas perkembangan anak usia dini dan kesiapan memasuki pendidikan formal. Indikator keberhasilan dalam mendorong tumbuh kembang anak tidak hanya meningkatkan status kesehatan dan gizi anak tetapi juga perkembangan mental, emosional, sosial dan kemandirian anak yang lebih baik.

Penelitian yang dilakukan Yunianti pada tahun 2018 tentang pengaruh pijat bayi terhadap penambahan berat badan pada bayi, terdapat 160 bayi yang tercatat

menimbang di posyandu dan hasilnya hanya ada 28 bayi atau sekitar 17,5% yang mengalami kenaikan berat badan, sisanya 132 bayi atau sekitar 82,5% bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Penelitian lapangan dan Scafidi pada bayi prematur yang melakukan pijatan 3x10 menit selama 10 hari, kenaikan berat badan mereka setiap hari adalah 20%-47% dan pada bayi dengan usia cukup bulan berusia 1-6 bulan dipijat 15 menit, dua kali seminggu selama enam minggu, kenaikan berat badan lebih baik daripada mereka yang tidak dipijat.

Berdasarkan survei data awal hasil penimbangan bayi pada tiga bulan terakhir di wilayah kerja Puskesmas Cilandak Jakarta Selatan, terdapat bayi yang tercatat melakukan penimbangan di posyandu dan hasilnya terdapat bayi yang mengalami kenaikan berat badan 37 bayi, dan tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya sebanyak 54 bayi.

BAHAN DAN METODE

Metode penelitian yang digunakan adalah kuasi eksperimen (*quasi experimental*) dengan rancangan *Pretest dan Posttest Contol Group Design*. Dalam desain ini terdapat dua kelompok yang dipilih secara random, kemudian diberi *Pretest* untuk mengetahui keadaan awal.

Q ₁	X	Q ₃
Q ₂	-	Q ₄

Keterangan:

X = Perlakuan pada kelas eksperimen

O₁ = *Pretest* kelas eksperimen

O₂ = *Pretest* kelas kontrol

O₃ = *Posttest* kelas eksperimen

O₄ = *Posttest* kelas kontrol

Populasi dalam penelitian ini bayi usia 7-12 bulan di wilayah kerja puskesmas kecamatan Cilandak. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampel yang berdasarkan kriteria eklusi dan inklusi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden yang terdiri dari 15 orang kelompok intervensi dan 15 orang kelompok kontrol. Data dianalisis menggunakan *paired t-test dan Independent-test*.

HASIL

Penelitian dilakukan terhadap 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok, yaitu 15 responden sebagai kelompok intervensi yang diberikan *baby massage* dan 15 responden sebagai kelompok kontrol yang tidak diberikan *baby massage*.

Rata-rata Berat Badan Bayi pada Kelompok Intervensi

Tabel 1. Berat Badan Rata-Rata Bayi di Puskesmas Kecamatan Cilandak

Kelompok	Berat Badan	N	Mean	SD	Min	Max
Intervensi	Pretest	15	8.413	.9643	7.0	10.0
	Posttest	15	9.313	1.0696	7.8	11.0
Kontrol	Pretest	15	6.9	10.4	8.573	1.1865
	Posttest	15	7.2	11.0	8.900	1.2473

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan rata-rata berat badan *pretest* pada kelompok intervensi adalah 8,413 kg dengan nilai standar deviasi sebesar .9643, sedangkan saat *posttest* rata-rata berat badan adalah 9,313 kg dengan nilai standar deviasi sebesar 1,0696. Pada kelompok kontrol, rata-rata berat badan adalah 8,573 kg dengan nilai standar deviasi sebesar 1,1865, sedangkan saat *posttest* rata-rata berat badan adalah 8,900 kg dengan nilai standar deviasi sebesar 1.2473.

Tabel 2. Pengaruh Pemberian *Baby Massage* Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 7-12 di Puskesmas Kecamatan Cilandak

Kelompok		N	Mean	Selisih mean	Sig.(2-tailed)
Intervensi	Pretest	15	8.413	0.9000	.000
	Posttest		9.313		
Kontrol	Pretest	15	8.573	0.3267	.000
	Posttest		8.900		

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan hasil bahwa pada kelompok intervensi berat badan rata-rata bayi pada *pretest* yaitu 8,413 kg dan berat badan rata-rata bayi pada *posttest* yaitu 9,313 kg. Sehingga mendapatkan hubungan yang bermakna (nilai $p=0.000$; $<\alpha 0.05$) artinya terdapat perbedaan nilai rata-rata berat badan bayi sebelum dan sesudah diberikannya rangsangan atau stimulasi *baby massage*. Sedangkan pada kelompok kontrol berat badan bayi rata-rata pada *pretest* yaitu 8,573 kg dan berat badan bayi rata-rata *posttest* 8,900 kg. Sehingga mendapatkan hubungan yang bermakna (nilai $p=0.000$; $<\alpha 0.05$) artinya terdapat perbedaan berat badan rata-rata bayi *pretest* dan *posttest* pada kelompok kontrol.

Pada penelitian ini diperoleh nilai *significancy* hasil uji *paired T-Test* sebesar 0,000 ($P=0,000<0,05$) yang artinya rata-rata kenaikan berat badan bayi lebih efektif jika diberikan stimulasi dengan *baby massage* dibanding dengan bayi yang tidak diberikan stimulasi dengan *baby massage*.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Yusda (2020) yang menyatakan bahwa setelah melakukan pemijatan pada bayi usia 6-12 bulan selama 3 minggu dengan durasi 15 menit didapatkan peningkatan berat badan pada kelompok intervensi sebesar 391,67 gram sedangkan pada kelompok kontrol 304,16 gram yaitu terdapat pengaruh

stimulasi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi ($p < 0,05$). Sama dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Elvira dan Azizah (2017) yang menyatakan bahwa kenaikan berat badan bayi yang dilakukan pemijatan yaitu sebesar 800 gram/bulan, dan bayi yang tidak dilakukan pemijatan 233,33 gram/bulan. Selain itu, Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Sasmi Irvana dengan uji mann-Whitney didapatkan p value sebesar 0,01 ($< 0,05$) 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 sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang bermakna adanya peningkatan berat badan yang terjadi yaitu sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan (Rismawati, 2019).

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat dikatakan bahwa untuk mengoptimalkan pertumbuhan anak pada masa bayi selain pemberian nutrisi yang baik, perlu adanya rangsangan atau stimulasi yang dapat memberikan perubahan dalam kebiasaan makan menjadi lebih sering sehingga penambahan berat badan akan semakin cepat.

Peningkatan berat badan bayi tersebut tentunya sangat dipengaruhi oleh pemberian *baby massage* yang diberikan secara kontiniu. Pada dasarnya bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan kadar

enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makananpun akan menjadi lebih baik. Hasilnya, bayi menjadi cepat lapar dan karena itu juga bayi akan lebih sering menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI. *Baby massage* juga dapat merangsang aktifitas saraf nervus vagus yang dapat meningkatkan fungsi sensorik dan motorik lambung sehingga lambung kosong lebih cepat dan bayi menjadi cepat lapar sehingga dapat meningkatkan konsumsi ASI. Dengan adanya peningkatan konsumsi ASI maka penyerapan nutrisinya menjadi lebih baik sehingga dapat meningkatkan berat badan. Selain itu, pijat bayi juga akan membuat bayi tidur lebih lelap dan dapat meningkatkan kesiagaan (*alertness*) atau konsentrasi. Hal ini dikarenakan pijatan yang baik dapat mengubah gelombang otak (Andriyani, 2021).

Berdasarkan asumsi peneliti pengaruh yang akan timbul dari *baby massage* tersebut adalah bayi akan merasa lebih nyaman, tidur lebih nyenyak, peredaran darah lancar, sistem pencernaan baik membuat bayi akan merasa lebih cepat lapar, dan berkeinginan untuk menyusu sehingga dapat mempercepat peningkatan berat badan bayi. Selain dapat meningkatkan berat badan *baby massage* juga dapat meningkatkan kepedulian ibu terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi, terjalannya ikatan batin ibu dengan

bayi, dapat mengurangi stress pada ibu, dapat meningkatkan kualitas tidur bayi, dan membuat bayi lebih tenang dan nyaman sehingga kebiasaan bayi menangis akan berkurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Puskesmas Kecamatan Cilandak, Jakarta Selatan dapat disimpulkan bahwa Bayi yang diberikan rangsangan atau stimulus berupa *baby massage* akan mengalami kenaikan berat badan lebih besar daripada bayi yang tidak diberikan rangsangan atau stimulus dengan *baby massage*.

Oleh karena itu, peneliti berharap orangtua akan semakin termotivasi untuk meningkatkan tumbuh kembang bayinya dengan memberikan rangsangan atau stimulasi *baby massage* secara rutin.

DAFTAR PUSTAKA

- Kementerian Kesehatan RI. 2020. *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Hk.01.07/Menkes/320/2020 Tentang Standar Profesi Bidan.*
- Y. Anggraini, Sadiman, F. Fibrila, and Islamiyati. 2019. "Peningkatkan Berat Badan, Kualitas Tidur Yang Baik dan Kelancaran Buang Air Besar Dengan Pijat Bayi," J. Pengabd. Kpd. Masy. Ungu.
- Yunianti. 2018. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Pada Bayi Umur 1-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Lalowaru Kecamatan Moramo Utara Kabupaten Konawe Selatan Selatan
- Rismawati, Nahira, and Nuraeni. 2019. "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di Puskesmas Kassi- Kassi Makassar," Semin. Nas. Sains, Teknol. Dan Sos. Hum. UIT.
- Andriyani and N. Lusiana Sarmin, "Pijat Bayi Dalam Meningkatkan Tumbuh Kembang Bayi," Pros. Hang Tuah Pekanbaru, 2021, doi: 10.25311/prosiding.vol1.iss2.74