

## Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023

Winda Sepline Sirait<sup>1</sup>; Nopalina Suyanti Damanik<sup>2</sup>;  
 Siska Suci Triana Ginting<sup>3</sup>; Ariska Fauzianty<sup>4</sup>

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Husada Medan

E-mail: [dewijuliani.simanjuntak89@gmail.com](mailto:dewijuliani.simanjuntak89@gmail.com)<sup>1</sup>; [nopalinasuyanti@gmail.com](mailto:nopalinasuyanti@gmail.com)<sup>2</sup>;  
[sergiojayden86@gmail.com](mailto:sergiojayden86@gmail.com)<sup>3</sup>; [ariskafauzi.af@gmail.com](mailto:ariskafauzi.af@gmail.com)<sup>4</sup>

**Abstrak:** *Babies have three needs that must be met by parents, namely physical-biological needs which are useful for brain growth, sensory systems and motor skills. Interpersonal and intrapersonal emotional intelligence through the need for affection, as well as the need for stimulus or stimulation to improve the working mechanisms of the sensory and motor systems. The most important thing in a child's growth and development is stimulation (Maharani, 2017). This study aims to analyze the effect of baby massage on weight gain in babies aged 3-6 months at the Uluan Community Health Center, Toba Regency in 2023. In this research, researchers used a quasi-experiment with a non-equivalent control group design to compare the results of health program interventions. in a similar control, but not necessarily the same group (Zulkarnain, 2018) Statistical test using Microsoft Excel and Paired Test to test differences in dependent data (dependent samples). The error rate or significance level ( $\alpha$ ) used is 0.05 with a confidence interval (CI) of 95% (Hardani, 2020). Based on the research results. Based on the results of statistical tests using Chi-Square, it was obtained that Based on the results of statistical tests using the paired  $t$  test,  $t = 6.610$ . Because  $t$  count ( $6.610$ )  $>$   $t$  table ( $2.0345$ ),  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. This shows that there is an influence of baby massage on increasing postpartum mothers regarding breast care with smooth breast milk production in Jatimulyo Village, Serdang Bedagai Regency in 2023*

**Keywords:** *Baby Massage, Weight Increase, Babies Aged 3-6 Months*

**Abstrak:** 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 sistem sensorik dan motorik. Hal terpenting dalam tumbuh kembang anak adalah adanya rangsangan atau stimulus (Maharani, 2017). Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023. Penelitian ini peneliti menggunakan *quasi eksperimen* (eksperimen semu) dengan rancangan *non equivalent kontrol group* digunakan untuk membandingkan hasil intervensi program kesehatan di suatu kontrol yang serupa, tetapi tidak perlu kelompok yang benar-benar sama (Zulkarnain, 2018) Uji statistik dengan menggunakan *Microsoft excel* dan *Paired Test* untuk menguji perbedaan dari data dependen (sampel terikat). Taraf kesalahan atau tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) yang digunakan adalah 0,05 dengan *confidence interval* (CI) 95%.(Hardani, 2020). Berdasarkan hasil penelitian Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square*, diperoleh dengan Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan *paired t test* didapatkan  $t = 6.610$ . Oleh karena  $t$  hitung ( $6.610$ )  $>$   $t$  tabel ( $2.0345$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan Ibu Nifas Tentang Perawatan Payudara Dengan Kelancaran Pengeluaran ASI Di Desa Jatimulyo Kabupaten Serdang Bedagai Tahun 2023

**Kata Kunci:** Pijat Bayi, Peningkatan Berat Badan, Bayi Umur 3-6 Bulan

## **LATAR BELAKANG**

Indikator BB/TB menggambarkan status gizi yang sifatnya akut sebagai akibat dari keadaan yang berlangsung dalam waktu yang pendek, seperti menurunnya nafsu makan akibat sakit atau karena menderita diare. Dalam keadaan demikian berat badan anak akan cepat turun sehingga tidak proporsional lagi dengan tinggi badannya dan anak menjadi kurus. Prevalensi nasional balita kurus adalah 7,4% dan balita sangat kurus adalah 6,2%.

Pada periode ini dibutuhkan nutrisi yang cukup, tidur yang berkualitas, kesegaran jasmani, lingkungan yang baik, stimulasi, dan rekreasi agar pertumbuhan optimal (Soetjiningsih, 2015)

Bayi merupakan tahap pertama kehidupan seorang manusia setelah terlahir dari Rahim ibunya. Masa bayi merupakan masa kritis perkembangan seseorang (golden period), karena bayi sudah peka terhadap lingkungannya (Kusumastuti, 2016).

Kecerdasan emosi interpersonal dan intrapersonal melalui kebutuhan kasih sayang, serta kebutuhan stimulus atau rangsangan untuk meningkatkan mekanisme kerja system sensorik dan motoric. Bayi memiliki tiga kebutuhan yang harus dipenuhi oleh orang tua, yaitu kebutuhan fisik-biologis yang berguna untuk pertumbuhan otak, sistem sensorik, serta motorik. (Maharani, 2017).

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 motoric. Hal terpenting dalam tumbuh kembang anak adalah adanya rangsangan atau stimulus. (Maharani, 2017).

Penelitian di Amerika menunjukkan 9,514,5% anak mulai lahir sampai usia 5 tahun di Amerika mengalami masalah psikososial yang berdampak negatif terhadap mereka (Cooper, 2009 dalam penelitian Subandi 2015)

Berdasarkan data milik Kementerian Kesehatan pada Tahun 2020, disebutkan bahwa kematian bayi, dari 28.158 kasus, 72 persen kasus atau 20.266 kematian terjadi pada usia 0-28 hari dan 19,1 persen kematian terjadi pada usia 29 hari-11 bulan. Sebanyak 9,9 persen kematian juga terjadi pada bayi usia 12-29 bulan dengan penyebab utama berat badan lahir terlalu rendah. (Kemenkes RI, 2020)

Riset Kesehatan Dasar 2018 menunjukkan adanya perbaikan status gizi pada balita di Indonesia. Penurunan prevalensi pada anak balita 37,21% di tahun 2013 menjadi 30,79% di tahun 2018. Demikian juga data prevalensi stunting pada balita tahun 2016 (Sirkesnas) yaitu

33,60%. Selain itu perbaikan gizi juga tercermin dari penurunan kekurangan gizi (underweight) pada anak balita dari 19,6% pada tahun 2013 menjadi 17,68% pada tahun 2018. Penurunan Wasting atau anak balita kurus dari 12,12% dari tahun 2013 menjadi 10,19% tahun 2018 (Kemenkes 2018)

Sumatera utara masuk dalam daerah dengan prevalensi gizi buruk dan gizi kurang yang tinggi di Indonesia AKB mencapai 34/1000 kelahiran hidup pada tahun 2007, dan turun lagi menjadi 32/1000 kelahiran hidup pada tahun 2012. Pada tahun 2014 AKB di Indonesia mencapai 23/1000 kelahiran hidup dan meningkat pada tahun 2015 mencapai 30/1000 kelahiran hidup, sedangkan target SDG's tahun 2015 AKB turun menjadi < 23/1000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Indonesia 2016)

Di Sumatera Utara pada tahun 2014 AKB mencapai 172 jiwa atau 7/1000 kelahiran hidup dan pada tahun 2014 AKB mencapai 157 jiwa atau sekitar 3/1000 kelahiran hidup sedangkan tahun 2016 AKB tetap pada 3/1000 kelahiran hidup. Jumlah AKB dipengaruhi oleh berbagai faktor, yaitu pelayanan kesehatan, tingkat social ekonomi, gizi, kesehatan lingkungan dan lainnya. Tersedianya berbagai fasilitas atau aksesibilitas pelayanan kesehatan serta kesediaan masyarakat untuk merubah kehidupan tradisional kenorma kehidupan modern (sehat) dalam bidang kesehatan juga merupakan faktor-faktor yang sangat berpengaruh terhadap AKB (Badan Pusat Statistik, 2017).

Oleh karena itu salah satu peran pemerintah dalam hal ini adalah pihak kesehatan harus berupaya agar dapat menanggulangi kematian yang terjadi pada bayi salah satunya adalah bentuk perawatan optimalisasi pertumbuhan bayi dengan cara melakukan pijat bayi yang berguna untuk menstimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi. (Profil Kesehatan, 2017)

Saat ini berbagai terapi telah dikembangkan, baik terapi farmakologis maupun non farmakologis. Berbagai macam terapi non farmakologis yang dapat dilakukan yaitu memutar audio relaksasi (terapi musik), terapi hidro (spa), senam bayi, pijat bayi serta menggunakan aromaterapi (Mahareni, 2017).

Berdasarkan Keputusan Menteri Kesehatan RI No 8 tahun 2014 tentang pelayanan SPA pasal 1 ayat 10 yang berbunyi bahwa pijat adalah teknik usapan dan penekanan menggunakan anggota gerak tubuh seperti tangan, jari, siku, dan atau stimulasi dan relaksasi, melancarkan sistem peredaran darah, melancarkan sistem peredaran limfe (getah bening) dan penguatan sistem tubuh lainnya, dimaksudkan untuk kesehatan dan kebugaran (Kemenkes, 2014)

Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Pijat meliputi seni

perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku dan menyatukan organ tubuh dengan gosokan yang kuat. Terapi pijat tidak hanya digunakan disalon dan spa saja, tapi juga diberbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan. Saat ini, teknik pijat telah banyak digunakan untuk kesehatan dan peningkatan berat badan pada bayi (Isnina, 2021).

Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan, karena dalam pijat bayi terapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara atau bicara, pandangan mata, gerakan, dan pijatan. Stimulasi ini akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi sel-sel otak (Lestari, 2019).

Saat ini telah banyak penelitian yang menyatakan bahwa pijat bayi memiliki banyak manfaat baik fisik maupun emosional. Beberapa manfaat pijat bayi adalah diantaranya meningkatkan nafsu makan, melipatgandakan keuntungan ASI eksklusif, meningkatkan berat badan, meningkatkan daya tahan tubuh, membuat bayi tidur lebih nyenyak, dan membina keterikatan antara orang tua dan anak.

Beberapa penelitian mengatakan pijat bayi bisa merangsang nervus vagus, dimana saraf ini meningkatkan peristaltik usus sehingga pengosongan lambung meningkat dengan demikian akan merangsang nafsu makan bayi. Disisi lain pijat juga melancarkan peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, dari rangkaian tersebut berat badan bayi akan meningkat. 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 daripada yang tidak dipijat.(Lutfiasari, 2019)

Berdasarkan survei data awal hasil penimbangan bayi di bulan Januari-Februari di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba terdapat 34 bayi usia 3-6 bulan yang tercatat melakukan penimbangan di posyandu dan hasilnya hanya terdapat 20 bayi atau sekitar 59 % yang mengalami kenaikan berat badan, sisanya 14 bayi atau sekitar 41 % bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Rata-rata ibu bayi tersebut tidak mengetahui cara perawatan kesehatan bayi dengan stimulasi pertumbuhan bayi menggunakan pijat bayi.

Observasi awal yang dilakukan oleh penulis pada petugas kesehatan di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba bahwa belum ada yang melakukan teknik pemijatan bayi secara spesifik yang berguna untuk meningkatkan kesehatan dan perawatan pada bayi. Maka dari uraian tersebut, penulis tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023”.

## METODE PENELITIAN

Desain penelitian adalah suatu bagian dari uraian yang menggambarkan hasil pemikiran peneliti, yang akan digunakan untuk melakukan penelitian (Sodik, et al., 2020). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan *quasi eksperimen* (eksperimen semu) dengan rancangan *non equivalent control group* digunakan untuk membandingkan hasil intervensi program kesehatan di suatu kontrol yang serupa, tetapi tidak perlu kelompok yang benar-benar sama (Zulkarnain, 2018)

Teknik sampling (sampel) adalah teknik sampel yang digunakan untuk menentukan sampel yang akan diambil dan diteliti oleh peneliti dengan cara pengambilan sampel dari populasi yang akan mewakili untuk di olah. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *teknik total sampling* sebanyak 34 responden (Sitompul, 2019).

Analisis data bivariat merupakan Uji statistik dengan menggunakan *Microsoft excel* dan *Paired Test* untuk menguji perbedaan dari data dependen (sampel terikat). Taraf kesalahan atau tingkat signifikansi ( $\alpha$ ) yang digunakan adalah 0,05 dengan *confidence interval* (CI) 95%.(Hardani, 2020).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini diperoleh dari pengumpulan data dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023 di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba dengan jumlah sampel yaitu bayi berumur 3-6 bulan sebanyak 34 bayi.

### Karakteristik Responden

Berdasarkan karakteristik responden pada penelitian ini dapat dilihat bahwa :

**Tabel 1.**

Distribusi Karakteristik Responden Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023

Karakteristik responden	Frekuensi	Persentase %
<b>Umur</b>		
3-4 bulan	7	21%
4-5 bulan	14	41 %
5-6 bulan	13	38%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-laki	21	62%
Perempuan	13	38%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100%</b>
<b>Asupan Nutrisi</b>		
ASI	14	41%
ASI+PASI	17	50%
PASI	3	9%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100</b>

Berdasarkan dari tabel diatas diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas responden berumur 4-5 bulan sebanyak 14 responden (41%) sedangkan minoritas berumur 3-4 bulan sebanyak 7 responden (21%). Berdasarkan karakteristik jenis kelamin didapat mayoritas responden berjenis kelamin Laki-laki sebanyak 21 responden (62%), sedangkan minoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 responden (38%). Berdasarkan karakteristik Asupan nutrisi didapat mayoritas responden diberi ASI+PASI sebanyak 17 responden (50%), sedangkan minoritas responden diberi PASI sebanyak 3 responden (9%).

### Analisis Unvariat

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023. Hasil penelitian disajikan dalam tabel sebagai berikut:

#### Karakteristik responden berdasarkan Peningkatan Berat Badan Bayi

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023 dapat dilihat pada tabel 2.

**Tabel 2.**

Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Peningkatan Berat Badan  
Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023

Peningkatan Berat Badan	Frekuensi	Persentase %
Ya	30	88%
Tidak	2	6%
Tetap	2	6%
<b>Total</b>	<b>34</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa yang mengalami peningkatan berat badan sebanyak 30 responden (88%) yang terdiri 16 bayi kelas intervensi dan 14 bayi kelas kontrol. Responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 2 responden (6%) dari kelompok kontrol dan sisanya 2 responden tidak mengalami peningkatan ataupun penurunan berat badan ( berat badan tetap).

### Analisis Bivariat

Analisis *bivariat* yang digunakan pada penelitian ini, yaitu analisis hasil uji statistic menggunakan paired t test yaitu uji statistic yang digunakan untuk menyimpulkan adanya kemaknaan pengaruh antar pijat bayi terhadap peningkatan berat bayi di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba dapat dilihat pada tabel 3

**Tabel 3.**

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan  
Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023

Bayi	Pemberian Pijat Bayi	Peningkatan Berat Badan bayi (Gram)		Nilai T	
		Sebelum	Sesudah	Hitung	Tabel
17		95.500	102.350		
17	Tidak	91.950	94.800	6.610	2.0345

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan dari 34 responden yang terdiri dari kelompok intervensi yakni yang diberikan pijat bayi dan kelompok kontrol yang tidak diberi pijat bayi. Terdapat 30 responden (88%) yang terdiri 16 bayi kelas intervensi dan 14 bayi kelas kontrol. Responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 4 responden (12%) dimana 3 responden dari kelompok kontrol dan 1 responden dari kelompok intervensi.

Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan paired t test didapatkan  $t = 6.610$ . Oleh karena  $t$  hitung ( $6.610$ )  $>$   $t$  tabel ( $2.0345$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata responden berat badan responden sebelum dan sesudah dipijat didapat rata-rata berat badan sebelum dipijat pada kelompok intervensi adalah 5.594 gr dan mengalami peningkatan berat badan setelah dipijat dengan rata-rata 6.021 gr dengan standar deviasi 519.46, sedangkan pada kelompok kontrol rata-rata berat badan sebelum dipijat adalah 5.409 gr dan setelah dipijat mengalami peningkatan berat badan rata-rata 5.576 gram dengan standar deviasi 243.34.

Berdasarkan hasil uji t-dependent diperoleh hasil bahwa ada perbedaan yang signifikan pada peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Data yang diperoleh pada tabel 4.5 yang menunjukkan bahwa responden yang terbagi dalam kelompok eksperimen yakni yang diberikan pijat bayi terdapat 30 responden (88%) yang terdiri 16 bayi kelas intervensi dan 14 bayi kelas kontrol. Responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 4 responden (12%) dimana 3 responden dari kelompok kontrol dan 1 responden dari kelompok intervensi.

Secara rinci peningkatan berat badan bayi ditunjukkan berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan paired t test didapatkan  $t = 6.610$ . Oleh karena  $t$  hitung ( $6.610$ )  $>$   $t$  tabel ( $2.0345$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023

Peningkatan berat badan tersebut tentunya sangat dipengaruhi oleh pemberian pijat bayi yang diberikan secara kontinie. Pada dasarnya bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan pun menjadi lebih baik. Hasilnya bayi menjadi lebih cepat lapar dan itu lebih sering

menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI. Pemijatan juga meningkatkan mekanisme penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkat yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2015).

Seperti yang sudah dijelaskan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi peningkatan berat badan pada bayi diantaranya adalah pengetahuan ibu mengenai gizi, status kesehatan, psikologi bayi, serta faktor pribadi dan kesukaan belum dapat disingkirkan sebagai faktor perancu penelitian ini. Status sosial ekonomi dan budaya pangan mempunyai tanggung jawab yang cukup besar terhadap status kesehatan bayi. Namun, secara khusus penelitian ini membuktikan bahwa pemberian pijat bayi dapat membantu mengoptimalkan pertumbuhan bayi dengan peningkatan berat badan bayi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tri Sasmi Irvana (2014) 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, peningkatan berat badan yang terjadi yaitu sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan.

Aktifitas pemijatan akan meningkatkan aktifitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi meningkatkan glucocorticoid (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (hormon stres) penurunan kadar hormon stres ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG. Pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kewaspadaan (alertness) atau konsentrasi. Hal ini dikarenakan pijatan yang baik dapat mengubah gelombang otak. Perubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta theta yang dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (electro encephalogram) (Syaukani, 2015).

Menurut Rini Sekartini, dokter spesialis anak dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, pijatan pada bayi mampu merangsang motorik, membantu proses tidur, mengurangi rasa cemas dan keluhan. Terjadi peningkatan zat-zat makanan di saluran pencernaan dan mengembangkan mental anak, membuat suhu tubuh bisa lebih stabil serta mampu meningkatkan hormon gastrin dan insulin yang berperan dalam penyerapan makanan sehingga berat badan bayi naik lebih cepat (Sutrianto, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi yang telah saya lakukan, telah diketahui bahwa pijat bayi memberikan manfaat yang sangat besar terhadap pertumbuhan bayi terutama peningkatan berat badan bayi. Selain itu,

pijat bayi juga telah dibuktikan efektifitasnya terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi oleh beberapa peneliti dari berbagai universitas dan para ahli menyatakan bahwa bayi yang rutin diberikan pijat bayi akan memiliki sistem imunitas yang lebih tinggi (bayi tidak gampang sakit) dan menunjukkan sikap perkembangan motorik yang lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang tidak diberikan pijat bayi. Oleh karena itu, perlu adanya penerapan stimulasi bayi menggunakan pijat bayi agar pertumbuhan dan perkembangan bayi lebih optimal guna meningkatkan kualitas sumber daya manusia yang unggul yang tercipta dan terasah pada 1000 hari pertama kehidupannya..

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

1. Karakteristik responden berdasarkan umur mayoritas responden berumur 4-5 bulan sebanyak 14 responden (41%) sedangkan minoritas berumur 3-4 bulan sebanyak 7 responden (21%). Berdasarkan karakteristik jenis kelamin didapat mayoritas responden berjenis kelamin Laki-laki sebanyak 21 responden (62%), sedangkan minoritas responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 13 responden (38%). Berdasarkan karakteristik Asupan nutrisi didapat mayoritas responden diberi ASI+PASI sebanyak 17 responden (50%), sedangkan minoritas responden diberi PASI sebanyak 3 responden (9%).
2. Peningkatan berat badan sebanyak 30 responden (88%) yang terdiri 16 bayi kelas intervensi dan 14 bayi kelas kontrol. Responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 2 responden (6%) dari kelompok kontrol dan sisanya 2 responden tidak mengalami peningkatan ataupun penurunan berat badan ( berat badan tetap).
3. Berdasarkan hasil uji statistic dengan menggunakan paired t test didapatkan  $t = 6.610$ . Oleh karena  $t$  hitung ( $6.610$ )  $>$   $t$  tabel ( $2.0345$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis menyadari dalam penulisan karya tulis ilmiah ini masih terdapat kekurangan, untuk itu diharapkan kritik dan saran yang membangun untuk dapat menyempurnakan karya tulis ilmiah ini. Akhir kata, penulis mengucapkan terima kasih dan semoga karya tulis ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membutuhkan.

## DAFTAR REFERENSI

- Anggun, G. Primanta. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi*. Di Akses Tanggal 01 Juli 2018
- Butsainatul, B. (2015). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Bayi Terhadap Perilaku Ibu dalam Memijat Bayi Secara Mandiri di Kelurahan Girimargo Sragen*. Diakses Tanggal 26 Juni 2018
- Destyna, (2015) *Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Premature di Ruang Perinatologi Rumah Sakit Imelda Medan*. Diakses tanggal 23 Mei 2016
- Ika Fitri Elmeida (2015). *Asuhan Kebidanan Neonatus Bayi, Balita & Anak Pra Sekolah*. Penerbit: TIM
- Kemendes RI (2019). *Tingkat Status Gizi Masyarakat*. Diakses tanggal 16 agustus 2019.
- Kemendes RI, 2020, Data kematian ibu dan bayi. <https://www.suara.com/health/2021/11/17/150340/angka-kematian-ibu-dan-bayi-di-indonesia-meningkat-menko-pmk-ungkap-penyebabnya>
- Maryunani Anik, (2010) *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta, CV. Trans Info Media
- Muslihatun Wafi Nur, (2013) *Asuhan Neonatus Bayi dan Balita*. Yogyakarta, Fitramaya
- Naomi Marie Tando (2014). *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi & Anak Balita*. Penerbit Buku Kedokteran. EGC
- Profil Kesehatan Indonesia, (2014) *Tren Angka Kematian Neonatal, Bayi, dan Balita*.
- Riskesdas. (2018). *Analisis situasi gizi dan kesehatan masyarakat*. Ditjen bina kesehatan masyarakat. Direktorat gizi masyarakat. Jakarta
- Sitompul Harun 2017. *Statistika pendidikan teori dan cara perhitungan*. Perdana Publising
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kombinasi*. Bandung : Alfabita.
- Syaukani Aulia, (2015) *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, dan Yoga Sehat untuk Bayi agar Tumbuh Kembang Maksimal*. Yogyakarta, Araska
- Zulkarnain Zulkarnain (2018). *Panduan pelaksanaan penelitian social*. Perdana Publishing