



JM

Volume 13 No. 1 (April 2025)

© The Author(s) 2025

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PERTUMBUHAN BAYI USIA 1-3 BULAN DI
PBB WILAYAH KERJA PUSKESMAS UJAN MAS KABUPATEN KEPAHANG
TAHUN 2023**

**THE INFLUENCE OF BABY MASSAGE ON THE GROWTH OF INFANTS AGED 1-3
MONTHS IN THE WORKING AREA OF THE UJAN MAS PUSKESMAS
KEPAHIANG DISTRICT, 2023**

**KRISNAWATI ANGGERAINI, YENI PUSPITA, YANTI SUTRIYANTI
SARJANA TERAPAN KEBIDANAN, KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES
BENGKULU, JL. INDRAGIRI PADANG HARAPAN NO.3, PADANG HARAPAN, KEC.
GADING CEMPAKA, KOTA BENGKULU, BENGKULU 38225, INDONESIA
Email: anggerainikrisnawati@gmail.com**

ABSTRAK

Stimulasi-stimulasi perlu diberikan terhadap bayi khususnya untuk menunjang pertumbuhannya. Di Provinsi Bengkulu jumlah anak 0-59 bulan sebanyak 133.320 orang yang ditimbang sebanyak 102.319 orang (76,7%). Hasil entry data e-PPGBM yang dilakukan di provinsi Bengkulu tahun 2018 mempunyai sasaran balita berjumlah 133,320 balita dengan status gizi sangat kurus sebesar 0,4% dan yang mempunyai status gizi kurus sebesar 1%, sehingga persentasi Wasting (sangat kurus+kurus) balita sebesar 1,4%.. Penelitian ini menggunakan desain penelitian Pra Eksperimen dimana menggunakan one group pretest-postest, pada desain penelitian ini sudah dilakukan observasi pertama (pretest) sehingga peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan, tetapi desain ini tidak ada kelompok kontrol/pembanding. Dari 24 responden sebagian besar responden 16 bayi (66,7%) berumur 1 bulan,. Untuk jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu 13 bayi (54,2%). Untuk ASI eksklusif seluruh bayi 24 bayi(100%) dengan ASI eksklusif. Untuk pekerjaan sebagian Ibu bekerja sebagai petani yaitu 16 orang (66,7%). Sedangkan untuk pendidikan ibu sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 10 orang (41,7%). Berdasarkan uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata berat badan setelah diberikan intervensi pijat bayi, ditunjukkan dengan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$) dan Berdasarkan uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan panjang badan responden sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi., ditunjukkan dengan p value 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya pengaruh Pijat Bayi terhadap pertumbuhan bayi usia 1-3 bulan. Diharapkan pemberian Pijat Bayi Usia 1-3 dapat dijadikan terapi alternatif untuk meningkatkan pertumbuhan bayi (berat badan dan Panjang badan).

Kata Kunci: Pijat Bayi, Pertumbuhan

ABSTRACT

Stimulations need to be given to babies especially to support their growth. In Bengkulu Province the number of children aged 0-59 months was 133,320 people who were weighed as many as 102,319 people (76.7%). The results of the e-PPGBM data entry conducted in Bengkulu province in 2018 have a target of 133,320 toddlers with a very thin nutritional status of 0.4% and those with a thin nutritional status of 1%, so the percentage of Wasting (very thin + thin) toddlers is 1.4%. This study uses a pre-experimental research design which uses one group pretest- posttest, in this research design the first observation (pretest) has been carried out so that researchers can test the changes that occur after the treatment, but this design has no control/comparison group. Of the 24 respondents, most of the respondents were 16 babies (66.7%) aged 1 month. For gender, the majority were male, namely 13 babies (54.2%). For exclusive breastfeeding, all babies are 24 babies (100%) with exclusive breastfeeding. For work, some mothers work as farmers, namely 16 people (66.7%). As for the mother's education, most of them had high school education, namely 10 people (41.7%). Based on the statistical test, it showed that there was a difference in the average body weight after being given the baby massage intervention, indicated by a p value of 0.000 ($p < 0.05$). p- value 0.000 ($p < 0.05$). This shows the influence of Baby Massage on the growth of infants aged 1-3 months. It is hoped that the provision of Infant Massage Age 1-3 can be used as an alternative therapy to increase infant growth (body weight and length).

Keywords: Baby Massage, Growth

PENDAHULUAN

Standar pertumbuhan anak WHO yang baru menegaskan bahwa anak-anak yang lahir dimana pun didunia dan diberi awal kehidupan yang optimal memiliki potensi untuk berkembang dalam kisaran tinggi dan berat yang sama (World Health Organization, 2020).

Kegiatan pelayanan Kesehatan bayi, balita dan prasekolah dilaksanakan bersama dengan kader posyandu, dengan minimal pelayanan Kesehatan balita meliputi penimbangan berat badan, pengukuran Panjang badan/tinggi badan, hingga pemantauan perkembangan. Secara nasional cakupan pelayanan kesehatan bayi cenderung menurun dibandingkan tahun 2021. Berdasarkan data yang dilaporkan 34 Provinsi pada tahun 2021 terdapat bayi yang ditimbang berat badannya (81,8%) dan berat badan BBLR yang ditimbang (2,5%) (Profil Kesehatan Indonesia, 2021).

Penimbangan merupakan langkah awal dalam kegiatan utama program perbaikan gizi anak. Hal ini sebagai upaya masyarakat dalam

memantau pertumbuhan dan perkembangan anak. Anak bisa dikatakan sehat jika seiring bertambahnya umur maka akan bertambah pula berat badannya. Di Provinsi Bengkulu jumlah anak 0-59 bulan sebanyak 133.320 orang yang ditimbang sebanyak 102.319 orang (76,7%). Menyajikan status gizi balita (0-59 bulan) berdasarkan indeks BB/TB. Hasil entry data e-PPGBM yang dilakukan di provinsi Bengkulu tahun 2018 mempunyai sasaran balita berjumlah 133,320 balita dengan status gizi sangat kurus sebesar 0,4% dan yang mempunyai status gizi kurus sebesar 1%, sehingga persentasi Wasting (sangat kurus+kurus) balita sebesar 1,4%. Di Provinsi Bengkulu pada tahun 2019 tercatat sebanyak 36.140 bayi lahir hidup ditimbang 34.691 bayi, dengan BBLR sebanyak 819 bayi (2%) (Dinas Kesehatan Bengkulu, 2020).

Berdasarkan data di Kabupaten Kepahiang di dapatkan hasil bayi umur 0-11 bulan sebanyak 2,376 , bayi baru lahir ditimbang sebanyak 86,17 %, Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) yang ditangani sebanyak 18,49%, Bayi Berat Lahir Rendah (BBLR) yang dirujuk sebanyak 15,13%,

cakupan Pelayanan Kesehatan Bayi 94%. (Dinas Kesehatan Kabupaten Kepahiang, 2022).

Banyak faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Secara garis besar faktor-faktor tersebut dapat dibagi 2 golongan, yaitu faktor dalam (internal) dan faktor luar (eksternal/lingkungan). Faktor internal terdiri dari perbedaan ras/etnik atau bangsa, keluarga, umur, jenis kelamin, kelainan genetic dan kelainan kromosom. Selain faktor internal, faktor eksternal/lingkungan juga mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak. Contoh faktor lingkungan yang banyak mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak adalah gizi, stimulasi, psikologis dan sosial ekonomi (Ningsih, 2022).

Stimulasi-stimulasi perlu diberikan terhadap bayi khususnya untuk menunjang pertumbuhannya. Pemberian Baby Massage dapat meningkatkan pertumbuhan khususnya pada penambahan Panjang badan dan berat badan. Bayi yang di Massage memiliki kenaikan berat badan 8 gram lebih tinggi per hari dibandingkan bayi yang tidak massage. Pertumbuhan khususnya pada penambahan Panjang dan berat badan pada bayi sangat perlu diperhatikan karena pertumbuhan yang terganggu akan berakibat pada tinggi angka kejadian growth faltering pada bayi. Prevalensi growth faltering yang tinggi (>30%) Sebagian besar terjadi di negara-negara di Asia dan Afrika, salah satunya di Indonesia (Penelitian Selvia and Putri, 2022).

Pijat adalah stimulasi sentuhan tertua yang sudah berabad-abad dari nenek moyang kita. Yang telah mengenalkan pemijatan secara turun menurun. Biasanya digunakan untuk menghilangkan pegal-pegal, kelelahan bahkan stres. Walaupun tradisi kuno, kita tetap percaya bahwa sangat besar manfaatnya terutama untuk memijat bayi. Terbukti bisa mengurangi bayi flu, masuk angin, rewel, kembung dan masih banyak lagi. Terutama manfaat pijat bayi sangat besar untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Sudah banyak penelitian yang membuktikan

manfaatnya dari peningkatan berat badan sampai meningkatkan kualitas tidur bayi (Julianti, 2020).

Dalam penelitian (Nasrah, D dkk 2018) Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang dilakukan massage efektif dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan. Dari hasil Analisa bivariat Tindakan massage terdapat pengaruh yang positif terhadap peningkatan pertumbuhan dan perkembangan. Pada pertumbuhan (berat badan) diperoleh nilai $p = 0,017$ atau $< 0,05$. Hal ini dikarenakan pemijatan pada bayi akan merangsang *vervus vagus*, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltic usus untuk mengosongkan lambung, dengan begitu bayi cepat lapar sehingga masukan makanan meningkat.

Penelitian Farida dkk, (2018) menunjukkan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan frekuensi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan, dimana pijat bayi dapat meningkatkan nafsu makan. Pijat bayi menyebabkan bayi menjadi rileks dan dapat beristirahat dengan efektif sehingga ketika bayi terbangun akan membawa energi cukup untuk beraktifitas yang optimal, bayi menjadi cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat.

Berdasarkan studi pendahuluan di (Dinas Kesehatan Kabupaten Kepahiang, 2017) dimana kunjungan neonatal lengkap terbanyak terdapat di Puskesmas Usjan Mas yang didapatkan total berjumlah 102.35%, Bayi Berat Lahir Rendah yang di tangani di puskesmas sebanyak 36,13% dan yang dirujuk berjumlah 7,74%. Setelah dilakukan survey di wilayah Puskesmas Ujan Mas bahwa ada beberapa praktek bidang yang sudah mengikuti pelatihan pijat bayi dan menerapkan praktik pijat bayi di tempat praktiknya. Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk mengambil judul “Apakah ada pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi usia 1-3 bulan di PBB 1 Wilayah Puskesmas Ujan Mas Kabupaten Kepahiang”.

METODE PENELITIAN

Penelitian Pra Eksperimen dimana menggunakan one group pretest-postest, pada desain penelitian ini sudah dilakukan observasi pertama (pretest) sehingga peneliti dapat menguji perubahan-perubahan yang terjadi setelah adanya perlakuan, tetapi desain ini tidak ada kelompok kontrol/pembanding (Riyanto dan Putera, 2022). Teknik pengambilan sampel yang dilakukan adalah purposive sampling karena sesuai dengan kriteria sampel yang ditentukan. Jadi dalam penelitian ini setiap bayi yang memenuhi kriteria penelitian dan secara kebetulan dijumpai selama proses pengumpulan data, akan dilibatkan sebagai subjek dalam penelitian. (Siyoto dan Sodik, 2015).

HASIL PENELITIAN

1. Analisa Univariat

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden di PBB Wilayah Kerja Puskesmas Ujan Mas Kabupaten Kepahiang

n 24		
Kategori	N	%
Umur		
1 bulan	16	66,7
2 bulan	4	16,7
3 bulan	4	16,7
Jenis kelamin		
Laki-laki	13	54,2
Perempuan	11	45,8
ASI Eksklusif		
Ya	24	100
Tidak	0	0
Pekerjaan Ibu		
IRT	2	8,3
Petani	16	66,7
Wiraswasta	6	25,0
Pendidikan ibu		
SD	6	25,0
SMP	4	16,7
SMA	10	41,7

Pada tabel 1 Diperoleh bahwa dari 24 responden sebagian besar responden 16 bayi (66,7%) berumur 1 bulan,. Untuk jenis kelamin sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu 13 bayi (54,2%). Untuk ASI eksklusif seluruh bayi 24 bayi(100%) dengan ASI eksklusif. Untuk pekerjaan sebagian Ibu bekerja sebagai petani yaitu 16 orang (66,7%). Sedangkan untuk pendidikan ibu sebagian besar berpendidikan SMA yaitu sebanyak 10 orang (41,7%).

a. Tabel berat badan dan panjang badan bayi sebelum dan sesudah pijat bayi selama 4 minggu

1. Berat Badan Bayi

Tabel 2. Gambaran Berat Badan dan Panjang Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Pijat bayi periode minggu di PBB Wilayah Kerja Puskesmas Ujan Mas

Berat Badan				
Sebelum Minggu I	Minggu II	Minggu III	Sesudah Minggu IV	
4941.25	5118.29	5302.17	5531.67	
<i>Selisih mean</i>	<i>-177,04</i>	<i>-183.88</i>	<i>-229.5</i>	<i>-235,83</i>
5118.29	5302.17	5531.67	5767.50	
Panjang Badan				
51.81	51.92	52.11	52.27	
<i>Selisih mean</i>	<i>-0,11</i>	<i>-0,19</i>	<i>-0,16</i>	<i>-0,72</i>
51.92	52.11	52.27	52.99	

Berdasarkan hasil tabel 2 diperoleh hasil bahwa adanya kenaikan berat badan bayi pada setiap minggu nya selama 4 minggu pemijatan. Hasil diatas menunjukkan bahwa minggu I merupakan pretest dimana berat badan bayi sebelum diberikan intervensi, setelah dilakukan pemijatan selama 1 minggu terdapat kenaikan berat badan bayi yaitu seberat 177,04, kemudian pada minggu ke II terdapat kenaikan berat badan bayi sebanyak 183.88, selanjutnya pada minggu ke III kenaikan berat badan bayi meningkat sebanyak 229,5, kemudian pada minggu ke

IV kenaikan berat badan bayi mengalami peningkatan yang paling besar dibandingkan dengan tiga minggu sebelumnya yaitu sebesar 229,5 gram. Sedangkan pada panjang badan bayi terdapat peningkatan pada setiap minggu nya selama 4 minggu pemijatan. Hasil diatas menunjukkan bahwa kenaikan panjang badan lebih besar peningkatannya di minggu keempat pemijatan yaitu sebesar 0,72 cm.

b. Berat badan sebelum dan sesudah Pijat bayi

Tabel 3. Rata-rata Berat Badan Bayi Selama 4 Minggu Sebelum dan Sesudah Pijat Pada Bayi Usia 1-3 Bulan di PBB Wilayah Kerja Puskesmas Ujan Mas Tahun 2023

Berat Bada n	Mean	Media n	Min- Max	SD	CI 95%	∑ mean
Pre test	4941,2	4720	3200-6575	1025,19	4508.35	
	5			3	-	5374.15
						826,25
Post test	5767,5	5480	4020-7320	1034,88	5330.51	
	0			2	-	6204.49

Berdasarkan tabel 3 terlihat perbedaan nilai rata-rata selama 4 minggu sebelum pijat bayi 4941,25 dengan standar deviasi 1025,193 dan rata-rata setelah pijat bayi adalah 5767,50 dengan standar deviasi 1034,882. Pijat bayi dapat meningkatkan berat badan sebesar 826,25 gram.

c. Panjang Badan Sebelum Dan Sesudah Pijat Bayi

Tabel 4. Rata-rata Panjang Badan Bayi selama 4 minggu Sebelum Pijat Bayi dan Setelah Pijat Bayi Pada Bayi Usia 1-3 Bulan di PBB Wilayah Kerja Puskesmas Ujan Mas Tahun 2023

Panjang Badan	Mean	Media n	Min- Max	SD	CI 95%	∑ mean
Pre test	51,81	51,95	48,3-55,5	2,203	51.816-50.886	
						-1.179
Post test	52,99	53,05	49,5-56,8	2,117	52.102-53.890	

Berdasarkan tabel 4 terlihat perbedaan nilai rata-rata sebelum pijat bayi 51.81 dengan standar deviasi 2.203 dan rata-rata setelah pijat bayi adalah 52,99 dengan standar deviasi 2,117. Pijat bayi dapat meningkatkan Panjang badan sebesar 1,179.

2. Analisa Bivariat

Analisis bivariat bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi usia 1-3 bulan di PBB wilayah kerja Puskesmas Ujan Mas Tahun 2023.

Tabel 5. Uji Normalitas (Shapiro-Wilk)

Kelompok		Df	p-value ^a	Keterangan
Berat Badan	Pretest	24	0.34	Nor mal
	Posttest	24	0.11	Nor mal
Panjang Badan	Pretest	24	0.34	Nor mal
	Posttest	24	0.31	Nor mal

)Shapiro-Wilk) Level of sign $\alpha < 0,05$

Berdasarkan tabel 5 dapat dijelaskan bahwa data berdistribusi normal dengan diperoleh data normalitas nilai $\alpha > 0,05$ sehingga uji statistik menggunakan t-test paired sample.

Tabel 6. Perbedaan Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Pijat Pada Bayi Usia 1-3 Bulan di PBB Wilayah Kerja Puskesmas Ujan Mas Tahun 2023

Panjang Badan	Mean	Selish Mean	SD	CI 95%	p-value ^a
Pre test	51,81		2,203	51.816-50.886	
Post test	52,99	-826,25	2,117	52.102-53.890	0.000

*) paired sample t tes

Berdasarkan tabel 6 didapatkan bahwa hasil uji statistik parametrik yaitu uji Paired sample t test didapatkan nilai p value (0,000) $< 0,05$ ini berarti H_0 di tolak karena adanya perbedaan yang bermakna antara rata-rata berat badan sebelum dan setelah pijat bayi selama 4 minggu pada usia 1-3 bulan.

Tabel 7. Perbedaan Panjang Badan Bayi Sebelum Pijat Bayi dan Setelah Pijat Bayi Pada Bayi Usia 1-3 Bulan di PBB Wilayah Kerja Puskesmas Ujan Mas Tahun 2023

Panjang Badan	Mean	Selisih Mean	SD	CI 95%	p-value ^a
Pre test	51.816		48,3-	50.886-52.747	
7		55,5			
		1,179			0.000
Post test	52.9958		49,5-	52.012-53.890	
		56,8			

Berdasarkan tabel 7 didapatkan bahwa hasil uji statistik parametrik yaitu uji Paired sample t test didapatkan nilai p value (0,000) $< 0,05$, H_0 ditolak, berarti adanya perbedaan yang bermakna antara rata-rata Panjang badan sebelum dan setelah pemijatan selama 4 minggu badan bayi usia 1-3 bulan.

PEMBAHASAN

1. Gambaran Pijat bayi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya peningkatan rata-rata berat badan bayi selama 4 minggu pemijatan. Dalam minggu pertama berat badan bayi meningkat sebesar 177,04 gram. Di minggu ke II kenaikan berat badan bayi meningkat sebesar 183,88 gram, pada minggu ketiga kenaikan nilai rata-rata berat badan bayi menjadi 229,5 gram pada minggu ke IV kenaikan rata-rata berat badan bayi sebesar 235,83 gram. Dari gambaran tersebut dapat disimpulkan bahwa kenaikan rata-rata berat badan bayi secara maksimal berada pada minggu ke IV pemijatan.

Dari penjelasan tersebut dapat dilihat bahwa adanya meningkat sebelum dilakukan pijat bayi rata-rata berat badan bayi adalah

4941,25 dan setelah pijat bayi rata-rata berat bayi adalah 5767,50. Maka dapat disimpulkan bahwa perlakuan Pijat bayi dapat meningkatkan berat badan sebesar 826,25 gram. Hal ini sejalan dengan pendapat peneliti terdahulu yang menyatakan bahwa pemberian stimulasi merupakan hal yang penting dalam tumbuh kembang anak (Soetjiningsih, 2016). Anak yang mendapat stimulasi terarah dan teratur akan lebih cepat tumbuh dan berkembang dibandingkan dengan anak yang kurang/tidak mendapat stimulasi.

Kemudian pada panjang badan bayi setelah dilakukan empat minggu pemijatan juga mengalami kenaikan nilai rata-rata tinggi badan pada bayi. Dimana pada minggu pertama rata-rata panjang badan bayi meningkat sebesar 0,11 cm, di minggu ke II kenaikan panjang badan bayi meningkat sebesar 0,19 cm, pada minggu ketiga kenaikan nilai rata-rata panjang badan bayi meningkat menjadi 0,16 cm dan pada minggu ke IV kenaikan rata-rata panjang badan bayi sebesar 0,72 cm. Dari gambaran tersebut dapat disimpulkan bahwa kenaikan rata-rata panjang badan bayi secara maksimal berada pada minggu ke IV pemijatan.

Pada hasil penelitian panjang badan bayi didapatkan hasil perbedaan nilai rata-rata sebelum pijat bayi 51.81 dan rata-rata 55,99 setelah pijat bayi. Hal ini menunjukkan bahwa Pijat bayi dapat meningkatkan panjang badan sebesar 1,179 cm. Pada hasil karakteristik responden didapatkan bahwa sebagian besar bayi berjenis kelamin laki-laki, dimana pada pertumbuhan dan perkembangan anak dengan jenis kelamin laki-laki setelah lahir akan cenderung lebih cepat atau tinggi pertumbuhan tinggi badan dan berat badan dibandingkan dengan anak perempuan (Palupi, 2017).

2. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi Usia 1-3 Bulan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa berat badan responden meningkat sesudah diberi intervensi pijat bayi, dilihat dari rata-

rata berat badan sesudah lebih tinggi dari berat badan sebelum dilakukan pijat bayi. Pijat bayi dilakukan sebanyak 2 kali dalam seminggu selama 4 minggu. Variabel berat badan diukur sebanyak 1 kali sebelum dilakukan intervensi pijat dan 1 kali pada minggu ke 4 setelah selesai diberikan intervensi pijat bayi. Berdasarkan uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan rata-rata berat badan setelah diberikan intervensi pijat bayi, ditunjukkan dengan nilai p value 0,000 ($p < 0,05$).

Berdasarkan hasil penelitian dan teori, tidak didapatkan kesenjangan antara hasil penelitian dan teori karena seluruh responden 24 bayi (100%) berat badannya naik. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Damanik D dkk (2022) yang menyatakan adanya pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi umur 0-6 bulan. Menurut Soetjiningsih, (2016) kenaikan berat badan anak pada triwulan pertama kehidupan yaitu berkisar 700-1000 gram/bulan. Hasil penelitian menunjukkan kenaikan rata-rata berat badan bayi yaitu 826,25 gram, ini berarti kenaikan berat badan sejalan masih dalam cakupan teori, sehingga tidak ada perbedaan yang signifikan kenaikan berat badan hasil penelitian dengan intervensi pijat bayi dan kenaikan berat badan normal secara teori.

Pada bayi yang lahir cukup bulan, berat badan waktu lahir akan kembali pada hari ke-10. Berat badan menjadi 2 kali berat badan waktu lahir pada bayi umur 5 bulan, menjadi 3 kali berat badan lahir pada umur 1 tahun, dan menjadi 4 kali berat badan lahir pada umur 2 tahun. Menurut Ningsih (Setyoningsih, 2016). Para peneliti mulai meneliti salah satu faktor yang berupaya dalam peningkatan berat badan bayi yakni stimulus. Stimulus yang diteliti berupa pijat bayi.

Pijat bayi merupakan terapi berupa sentuhan pijatan yang memberikan suatu stimulus pada hormon di dalam tubuh, satu substansi yang mengatur fungsi-fungsi seperti nafsu makan, tidur, ingatan dan belajar serta mengatur suhu tubuh, emosional, perilaku,

fungsi pembuluh darah, kontraksi otot, metabolisme, pertumbuhan dan perkembangan (Palupi, 2017). Stimulasi merupakan hal yang penting dalam tumbuh kembang anak. Anak yang mendapat stimulasi terarah dan teratur akan lebih cepat tumbuh dan berkembang dibandingkan dengan anak yang kurang/tidak mendapat stimulasi. (Soetjiningsih, 2016).

Mekanisme dasar yang dapat menerangkan pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi antara lain adalah pengeluaran beta endorfin dan peningkatan tonus nervus vagus yang dapat meningkatkan nafsu makan dan stimulasi hisap bayi. Selain itu pijatan mampu menstimulasi saraf otonom, yakni saraf-saraf yang bertanggung jawab terhadap kerja otot-otot polos, misalnya otot-otot polos di usus. Saraf otonom merangsang pelepasan hormon yang membantu penyerapan makanan di usus sehingga nutrisi terserap dengan baik (Irawati, 2021).

Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian (Nasrah, D dkk 2018) Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang dilakukan massage efektif dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan. Dari hasil Analisa bivariat Tindakan massage terdapat pengaruh yang positif terhadap peningkatan pertumbuhan dan perkembangan. Pada pertumbuhan (berat badan) diperoleh nilai $p = 0,017$ atau $< 0,05$. Hal ini dikarenakan pemijatan pada bayi akan merangsang nervus vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltic usus untuk mengosongkan lambung, dengan begitu bayi cepat lapar sehingga masukan makanan meningkat.

3. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Panjang Badan Bayi Usia 1-3 Bulan

Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan antara panjang badan sebelum dan sesudah pijat bayi dilakukan, terjadi peningkatan panjang badan setelah dilakukan intervensi pijat bayi. Berdasarkan uji statistik menunjukkan terdapat perbedaan panjang badan responden sebelum dan sesudah

dilakukan pijat bayi., ditunjukkan dengan p value 0,000 ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan adanya perbedaan terhadap panjang badan bayi.

Panjang badan merupakan antropometri yang menggambarkan keadaan pertumbuhan skeletal. Panjang badan merupakan parameter paling penting bagi keadaan yang telah lalu daan keadaan sekarang, jika umur tidak diketahui dengan tepat. Menurut Askar (2018) Ukuran normal Panjang badan lahir rata- rata ± 50 cm dan Panjang badan usia 1 tahun = 11/2 panjang badan lahir. Pada tahun pertama, pertambahannya adalah 25cm/bulan (1,5 x panjang badan lahir).

Penambahan tersebut akan berangsur-angsur berkurang sampai usia 9 tahun, yaitu hanya sekitar 5 cm/tahun. Hasil penelitian menunjukkan kenaikan rata-rata panjang 1,179 cm, ini berarti kenaikan panjang badan sejalan masih dalam cakupan teori, sehingga tidak ada perbedaan yang signifikan kenaikan panjang badan hasil penelitian dengan intervensi pijat bayi dan kenaikan panjang badan normal secara teori.

Adanya peningkatan panjang badan pada responden dipengaruhi oleh nutrisi yang tepat yaitu ASI eksklusif. Selain itu faktor lainnya yang mempengaruhi adalah faktor genetik. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Mirmohammadali (2015) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi yang signifikan dengan panjang badan bayi dengan p value 0,005. Hal ini juga sesuai dengan penelitian Suhartik (2013) yang menunjukkan bahwa PB/U z skor kelompok perlakuan pijat bayi terbukti bermakna ($p: 0,01$) dibanding kelompok kontrol ($p: 0,06$)

Secara teoritis, Proses tersebut merupakan proses inteksi yang terus-menerus serta rumit antara faktor genetic dan faktor lingkungan (Soetjningsih, 2016). Stimulus merupakan faktor penting dalam tumbuh kembang bayi. Stimulus yang diteliti berupa pijat bayi. Pijat bayi merupakan terapi berupa sentuhan pijatan yang memberikan suatu stimulus pada hormon di dalam tubuh, satu subtansi yang mengatur fungsi-fungsi seperti nafsu makan, tidur, ingatan dan belajar

serta mengatur suhu tubuh, emosional, perilaku, fungsi pembuluh darah, kontraksi otot, metabolisme, pertumbuhan dan perkembangan (Palupi,2017).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan setelah 4 minggu pemijatan pada bayi 1-3 bulan sebagai berikut:

1. Rata-rata berat badan bayi 1-3 bulan sebelum perlakuan pijat bayi adalah 4941,25 gram. (CI 95% 4508.35-5374.15) dan Rata-rata berat badan bayi 1-3 bulan sesudah perlakuan pijat bayi adalah 5767,50 gram. (CI 95% 5330.51-6204.49) .
2. Rata-rata panjang badan bayi 1-3 bulan sebelum perlakuan pijat bayi adalah 51,81 cm, dengan panjang badan terendah 48,3 dan panjang badan tertinggi 55,5 cm. (CI 95% 50.886-52.747) dan rata-rata panjang badan bayi 1-3 bulan sesudah perlakuan pijat bayi adalah 52,99 cm, dengan panjang badan terendah 49,5 dan panjang badan tertinggi 56,8 cm (CI 95%52.012-53.890) .
3. Adanya perbedaan berat badan bayi sebelum dan sesudah pemijatan bayi usia 1-3 bulan dengan mean (4941,25-5767,50).
4. Adanya perbedaan Panjang badan bayi sebelum dan sesudah pemijatan bayi usia 1-3 bulan dengan mean (51,81-52.99).
5. Adanya pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan bayi usia 1-3 bulan didapatkan nilai p value ($0,000 < 0,05$).

SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti memberikan saran kepada beberapa pihak yang terkait:

1. Bagi Akademik

Diharapkan mahasiswa Poltekkes

Kemenkes Bengkulu Khususnya Jurusan Kebidanan dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai bahan referensi dalam mempercepat pertumbuhan bayi.

2. Bagi Responden atau Masyarakat

Diharapkan kepada ibu responden ini mengetahui manfaat pijat bayi itu sangat penting untuk pertumbuhan bayi usia 1-3 bulan dengan adanya pijat bayi mengurangi penggunaan obat farmakologi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini sehubungan dengan Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Bayi Usia 1-3 Bulan Di PBB Wilayah Kerja Puskesmas Ujan Mas Kabupaten Kepahiang Tahun 2023 ini diharapkan dapat menjadi perbandingan dalam mempercepat pertumbuhan bayi serta dapat mengembangkan lebih lanjut untuk penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Askar.M. 2018. Buku Ajar Praktik Keperawatan Pediatrik. Edition: Cahyani N. Makasar:unit penelitian politeknik Kesehatan makasar.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Kepahiang. 2022. "Laporan Neonatal,Bayi Dan Balita", in.
- Farida , Mardianti, and Komalasari. 2018. "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Usia 1-3 Bulan". (Ed.). Kebidanan, Vol 01 Hal 61-68
- Irawati T. 2021. "Pengaruh Pijat Bayi Dengan Minyak Telon Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Cukup Bulan Usia 1-3 Bulan" Madura.
- Julianti. 2020. Rahasia Baby SPA. Jakarta Selatan: Writerpreneur Club. Edited by D. Amali. Kepahiang.
- Nasrah, Swastika K, Kismiyati. 2018."Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Perumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 4-6 Bulan". Jurnal Keperawatan Tropis Papua, Vol 01 ISSN 2654-5756
- Nasrah, Swastika K, Kismiyati. 2018."Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Perumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 4-6 Bulan". Jurnal Keperawatan Tropis Papua, Vol 01 ISSN 2654-5756
- Pratiwi and Palupi. 2017. "Perbandingan Pertumbuhan Perkembangan Bayi Usia 4-12 Bulan Antara Yang Dilakukan Baby Massage Dan Baby SPA". Pakualaman Yogyakarta. Hal 1-32
- Profil Kesehatan Indonesia. 2021. "profil kesehatan Indonesia tahun 2021". Jakarta: Kementerian Kesehatan Republic Indonesia
- Riyanto,S. Putera,RA. 2022. Penelitian Kesehatan & SAINS. ISBM : 978-623-02-4079-9,, Yogyakarta: Metode Riset
- Selvia A, Putri MR. 2022. "Pengaruh Baby Masage Terhadap Pertumbuhan Bayi 0-6 Bulan Yang Diberikan Asi Eksklusif Di Pmb Oza Waqiah". Batam: Jurnal Bidan Komunitas, Vol. 5 No. 2 Hal. 68-73 I e- ISSN 2614-7874.
- Siyato,S and Sodik A.M. 2015. Dasar Metodologi Penelitian . Yogyakarta: Literasi Media Publishing Ed: Ayup. Cet. 01.
- Soetjningsih. 2016. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta: Buku Kedokteran EGC. 1st edn. Edited by G.Ranuh.
- World Health Organization. 2020. "Kelompok perkiraan malnutrisi anak ". (JME) UNICEF/WHO/WB 2020. Dunia