

Pengaruh *Baby Massage* terhadap Kenaikan Berat Badan pada Bayi di RS Bhayangkara Banjarmasin Kalimantan Selatan

Septa Ariani¹, Anik Purwati²

^{1,2} Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Institut Teknologi Sains dan Kesehatan, RS dr. Soepraoen Malang, Malang, Indonesia

Jl. S. Supriadi No.22, Sukun, Kec. Sukun, Kota Malang, Jawa Timur 65147

Email: arianiseptaa@gmail.com, anikasyda@itsk-soepraoen.ac.id

Abstract *Baby massage is very useful in optimizing the growth and development of babies/children, including increasing food absorption so that babies get hungry faster and babies will breastfeed more often from their mothers, thereby increasing the baby's weight. The aim of the research was to analyze the effect of baby massage on weight gain in babies. The method used is Pre Experiment with pretest and posttest control group design. The sample in this study were 30 newborn babies at Bhayangkara Hospital, Banjarmasin. The sampling technique in this research is non-probability sampling, namely purposive sampling. Baby massage was given for 7 days to increase the baby's weight before and after treatment analyzed using the Wilcoxon Test. The research location was carried out at Bhayangkara Hospital. The research time was 3 months in July – September 2024. The results obtained were P value = 0.000 ($\alpha < 0.05$) which means there is a difference in body weight before and after the massage intervention. The conclusion is that there is an effect of baby massage on weight gain in babies.*

Keywords: *Baby Massage, Weight Gain, Baby*

Abstrak Pijat bayi sangat bermanfaat dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi/anak, diantaranya adalah meningkatkan penyerapan makanan sehingga bayi lebih cepat lapar dan bayi akan lebih sering menyusu kepada ibunya, sehingga bisa meningkatkan berat badan pada bayi. Tujuan penelitian untuk menganalisis pengaruh baby massage terhadap kenaikan berat badan pada bayi. Metode yang digunakan *Pra Ekspeiment* dengan *pretest dan posttest control group design*. Sampel dalam penelitian ini adalah bayi baru lahir di RS Bhayangkara Banjarmasin yang berjumlah 30 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Baby massage diberikan selama 7 hari untuk kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah treatment dianalisis menggunakan *Uji Wilcoxon*. Lokasi penelitian dilakukan di RS Bhayangkara Banjarmasin. Hasil didapatkan nilai P Value = 0,000 ($\alpha = 0,05$) yang artinya ada perbedaan berat badan sebelum dan setelah dilakukan intervensi *Baby massage*. Kesimpulan penelitian ini adalah ada pengaruh *baby massage* terhadap kenaikan berat badan pada bayi.

Kata kunci: *Baby Massage, Kenaikan Berat Badan, Bayi*

1. PENDAHULUAN

Lima tahun pertama adalah masa keemasan bagi bayi / anak. Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang (Departemen Kesehatan, 2009). Masa tersebut terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, termasuk tingkat kecerdasan anak. Untuk mencapai proses tumbuh kembang yang optimal dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor Internal antara lain usia, jenis kelamin dan keturunan. Dan faktor eksternal misalnya lingkungan, status sosial ekonomi, dan nutrisi. Lingkungan merupakan faktor yang penting karena dengan lingkungan yang baik, bisa mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Lingkungan yang nyaman, bisa diterapkan oleh orang tua yang mempunyai anak balita, dengan cara melakukan pijat bayi.

Sentuhan merupakan salah satu jenis stimulasi. Stimulasi sentuhan yang selama ini

diberikan masyarakat kepada anaknya adalah dengan sentuhan atau pijat. Terapi sentuh dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terhadap perubahan fisiologis bayi apalagi dilakukan sendiri oleh ibu bayi. Ibu adalah orang tua paling dekat dengan bayi, dimana pijatan ibu kepada bayinya adalah sapuan lembut pengikat jalinan kasih sayang. Kulit ibu adalah kulit yang paling awal dikenali oleh bayi sehingga ibu dan bayi akan sama-sama merasa nyaman, karena hubungan kedekatan secara emosional (Elvira, 2017).

Berdasarkan hasil survey demografi dan kesehatan Indonesia (SDKI) tahun (2017) menunjukkan jumlah bayi di Indonesia mencapai 14.261.868 jiwa diantaranya bayi mengalami berat badan Bawah Garis Merah (BGM) presentase 3,5%. Pijat bayi sangat bermanfaat dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak, diantaranya adalah meningkatkan penyerapan makanan.

Bayi yang dilakukan pemijatan akan memberikan efek lapar pada bayi sehingga frekuensi menyusu bayi akan lebih sering. Hal itu disebabkan karena peningkatan tonus otot saraf vagus. Tonus ini menyebabkan cabang dari saraf vagus tersebut memudahkan pengeluaran hormon penyerapan makanan dan meningkatkan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Oleh sebab itu, penyerapan terhadap sari makanan akan lebih baik sehingga bayi yang dipijat akan mengalami kenaikan berat badan yang lebih pesat. Selain itu bayi yang rutin dilakukan pemijatan juga akan terjadi peningkatan kualitas tidurnya, yaitu bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan, akibat dari adanya pengubahan gelombang otak. Bayi juga akan lebih kuat sistem kekebalan tubuhnya, sehingga akan meminimalkan terjadinya sakit (Rosi, 2016).

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *Pre Ekspeiment* dengan *pretest dan posttest control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi baru lahir di RS Bhayangkara Banjarmasin yang berjumlah 30 orang. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *non probability sampling* yaitu *purposive sampling*. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *baby massage* yang diberikan selama 7 hari, dan variabel terikatnya adalah kenaikan berat badan bayi. Instrumen Penelitian yang digunakan adalah lembar identitas responden, lembar observasi (kuesioner kenaikan berat badan). Data dianalisa dengan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa univariat adalah jenis kelamin bayi dan usia bayi. Penyajian masing-masing variabel menggunakan tabel dan diinterpretasikan berdasarkan hasil yang diperoleh. Analisa Bivariat untuk membuktikan pengaruh baby massage terhadap kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah treatment menggunakan Uji Wilcoxon. Pengukuran berat badan

responden kelompok intervensi dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu pertama pada saat pengambilan data sebelum dilakukan baby massage, dan terakhir pada saat 7 hari setelah dilakukan treatment baby massage. Lokasi penelitian dilakukan di RS Bhayangkara Waktu penelitian selama 3 bulan pada bulan Juli – September 2024.

3. HASIL

Tabel 1. Karakteristik bayi berdasarkan jenis kelamin

Jenis Kelamin	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Perempuan	16	53,33
Laki-laki	14	46,67
TOTAL	30	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa mayoritas bayi berjenis kelamin perempuan yaitu 53,33%, sedangkan yang berjenis laki-laki berjumlah 14 orang (46,67%).

Tabel 2. Karakteristik bayi berdasarkan usia gestasi

Usia Gestasi	Frekuensi (N)	Presentase (%)
37 minggu	11	36,67
38 minggu	9	30,00
39 minggu	6	20,00
40 minggu	4	13,33
TOTAL	30	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa mayoritas usia gestasi berusia 37 minggu sebesar 36,67%.

Tabel 3. Perbedaan berat badan bayi sebelum dan setelah dilakukan baby massage

Kelompok perlakuan	Nilai minimum	Nilai maksimum	Mean	Standar Deviasi	Kenaikan rata-rata berat badan dalam sebulan
Sebelum	2550	2940	6728,33	1177,55	876,67 gram / bulan
Sesudah	5240	9520	7605	1222,32	

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa Peningkatan Berat Badan Bayi sebelum sebelum dilakukan massage adalah 6728,33 sedangkan mean berat badan setelah dilakukan massage adalah 7605. Hasil ini menunjukkan terjadinya peningkatan mean berat badan pada responden.

Tabel 4. Analisa Bivariat Uji Wilcoxon peningkatan berat badan pada bayi

Kelompok Variabel	N	Mean Rank	Sum of Ranks	P
Perlakuan	30	15.50	565.00	0.000

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan nilai P Value = 0,000 ($\alpha < 0,05$) yang artinya ada perbedaan berat badan sebelum dan setelah dilakukan intervensi *Baby massage*, sehingga bisa disimpulkan bahwa ada pengaruh *baby massage* terhadap kenaikan berat badan pada bayi.

4. PEMBAHASAN

Karakteristik responden

a. Jenis kelamin

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa jenis kelamin responden lebih banyak berjenis kelamin laki-laki yaitu sebesar 53,3%. Masa pacu tumbuh laki-laki lebih besar daripada perempuan. Pada Usia bayi laki-laki cenderung mempunyai tumbuh kembang yang lebih baik (Widyastuti dan Widyani, 2009).

b. Usia Gestasi

Pada penelitian ini, didapatkan hasil 36,67% berada pada usia gestasi 37 minggu. Usia gestasi adalah waktu yang dihitung sejak hari pertama haid terakhir (HPHT) sampai bayi lahir. Usia gestasi digunakan untuk mengukur usia kehamilan dan memantau perkembangan janin di dalam kandungan (Tri Sasmi Irval, et. al., 2014).

Peningkatan berat badan bayi sebelum dan sesudah

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa Peningkatan Berat Badan Bayi sebelum sebelum dilakukan massage adalah 6728,33 sedangkan mean berat badan setelah dilakukan Baby massage adalah 7605.

Hasil ini menunjukkan terjadinya peningkatan mean berat badan pada responden, hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Virgia yang menyatakan bahwa berdasarkan hasil penelitian yang diolah melalui uji Mann Whitney didapatkan P Value sebesar 0,000 lebih kecil dari nilai α (0,05) yang berarti ada pengaruh yang signifikan pijat bayi terhadap perkembangan neonatus (Virgia, 2015).

Bayi yang dilakukan pemijatan rutin akan lebih cepat peningkatan berat badannya, hal ini sesuai dengan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan oleh Dewi yang menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi lebih banyak dibanding tidak dipijat (Dewi, et. al., 2011). Informasi yang didapatkan dari Ibu yang bayinya dilakukan intervensi pijat mengatakan bahwa anaknya sering lapar dan akhirnya frekuensi menyusui lebih sering daripada sebelum dilakukan pijat. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa bayi yang sering dilakukan pemijatan akan meningkatkan tonus saraf vagus, yang meningkatkan pengeluaran hormon penyerapan makanan dan peningkatan kadar enzim gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik dan maksimal. Itulah yang menyebabkan

mengapa bayi yang dilakukan pemijatan secara rutin akan lebih cepat terjadi peningkatan berat badannya dibanding yang tidak dipijat (Sugiharti, 2016). Rata-rata kenaikan berat badan perbulan pada bayi yang dilakukan pijat bayi pada penelitian ini adalah 876,67 gram. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Elvira dan Azizah 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 (Elvira dan Azizah, 2017).

Analisa Bivariat

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan nilai P Value = 0,000 ($< 0,05$) yang artinya ada perbedaan berat badan sebelum dan setelah dilakukan intervensi pijat, sehingga bisa disimpulkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Irva et al yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan 700 gram setelah dilakukan pemijatan selama dua minggu dengan p Value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) (Irva, et. al., 2014).

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan nilai P Value = 0,000 ($\alpha < 0,05$) yang artinya ada perbedaan berat badan sebelum dan setelah dilakukan intervensi pijat, sehingga bisa disimpulkan bahwa ada pengaruh *Baby massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Irva et al yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan 700 gram setelah dilakukan pemijatan selama dua minggu dengan p Value sebesar 0,000 ($p < \alpha = 0,05$) (Irva, et. al., 2014).

Hal ini juga sejalan dengan penelitian Qurotul Ain Niah, et all. Dimana hasil penelitian Penelitian ini menunjukkan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan bayi usia 3-6 bulan. Rata-rata berat badan bayi sebelum pijat adalah 5626,88 gram, dan setelah pijat meningkat menjadi 5953,75 gram. Kesimpulannya Ada pengaruh signifikan pijat bayi terhadap berat badan bayi di Queen Baby Spa Lumajang, dengan peningkatan rata-rata 326,87 gram dalam 4 minggu.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan rumusan masalah dan hasil penelitian yang telah diuraikan maka dapat diambil kesimpulan bahwa karakteristik responden mayoritas berjenis kelamin perempuan sebanyak 53,3% (16 responden), Usia gestasi 37 minggu 36,67 % (11 responden). Berdasarkan Uji *Wilcoxon* berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat diperoleh P Value sebesar 0,000 yang bermakna bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi.

6. SARAN

Hasil penelitian ini bisa dijadikan referensi bagi mahasiswa kebidanan, juga bisa dijadikan referensi bagi ibu-ibu kader kesehatan balita atau ibu yang mempunyai bayi, agar melakukan baby massage secara rutin dengan teknik yang benar agar meningkatkan berat badan pada bayi dan tumbuh kembang bayi.

7. DAFTAR PUSTAKA

- Churotul Ain Niah, A. S. Purwanti, & R. Retnaningsih. (2024). Pengaruh pijat terhadap berat badan bayi usia 3-6 bulan di Queen Baby SPA di Lumajang. *Journal of Nursing Care & Biomolecular*, 9(2).
- Departemen Kesehatan RI. (2009). *Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi, dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar*. Jakarta: Departemen Kesehatan RI.
- Dewi, N. N., Soetjiningsih, P. P., & Prawirohartono, E. P. (2011). Effect of massage stimulation on weight gain in full-term infants. *Paediatrica Indonesiana*, 51(4), 202–206.
- Elvira, M., & Azizah, S. (n.d.). Pengaruh pemberian pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi umur 0-6 bulan di BPS Bunda Bukittinggi. *Baby Massage Giving Effect to the Weight Gain in Infants 0-6 Months at BPS Bunda Bukittinggi*.
- Ike Yunita, A. Purwati, & R. Retnaningsih. (2024). Pengaruh pemberian baby massage terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di Posyandu Arjowinangun. *Journal of Nursing Practice and Education*, 4(2), 353–358.
- Irva, T. S. (2014). Pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi (Doctoral dissertation). Universitas Riau.
- Kurniawan, H. D., Prisusanti, R. D., & Irfandi, J. (2024, September). Meta-analysis: Effect of social media on anxiety disorders in adolescents. *Proceeding of The International Conference of Innovation, Science, Technology, Education*.
- Prisusanti, R. D., Kanan, M., Badawi, B., Elis, A., Syahrir, M., Yusuf, N. N., & Purnama, Y. (2022). *Keterampilan klinik praktek kebidanan*. Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Sugiharti, R. K. (2016). Pengaruh frekuensi pijat bayi terhadap pertumbuhan (berat badan) bayi usia 1-3 bulan di Desa Karangsari dan Purbadana. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 7(1), 41–52.
- Virgia, V. (2015). Pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan neonatus. *Jurnal Keperawatan & Kebidanan*, STIKES Dian Husada Mojokerto.
- Widyastuti, D., & Widayani, R. (2009). *Panduan perkembangan anak 0-1 tahun*. Jakarta: Pustaka Swara.

Yulia Tri Jayanti, A. S. Purwanti, & T. R. A. Wijayanti. (2023). Pengaruh penerapan pijat bayi (baby massage) terhadap kuantitas tidur bayi usia 3-12 bulan di PMB Afita Delianah Turen. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 9(2).