

PENGARUH PIJAT BAYI DENGAN TUMBUH KEMBANG BAYI

Yunri Merida¹, Fatya Nurul Hanifa²

Program Studi Kebidanan Program Diploma Tiga

STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Jl. Padjajaran No.Kel, Ngringin, Condongcatur,

Kec. Depok, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta 55283

yunrimerida@yahoo.co.id

ABSTRAK

Latar Belakang: Menurut Pitre (2021) Pijat bayi merupakan perawatan rutin untuk bayi yang sudah dikenal lama oleh masyarakat dan juga untuk mengungkapkan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anaknya melalui sentuhan kulit yang memiliki dampak yang luar biasa. Pijat bayi sering disebut pula dengan stimulus touch. **Tujuan:** Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap tumbuh kembang bayi. **Metode:** Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design* dengan bentuk *Intact Group Comparison*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh bayi usia 6-12 bulan yang ada di PMB Hana sebanyak 50 bayi. Teknik sampling yang dipakai dalam penelitian ini adalah total sampling. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi Square Test*. **Hasil:** Hasil dari penelitian ini adalah ada pengaruh antara pijat bayi dengan tumbuh kembang bayi di PMB Hana dengan P-Value <0.0001. **Saran:** Perlu adanya peningkatan edukasi mengenai pijat bayi bagi ibu yang memiliki bayi umur 6-12 bulan.

Kata Kunci: Bayi, Pijat bayi, Tumbuh kembang

ABSTRACT

Background: According to Pitre (2021) Baby massage is a routine care for babies that has been known for a long time by the community and also to express the affection between parents and their children through skin touch which has a tremendous impact. Baby massage is often referred to as stimulus touch. *Objective:* To determine the effect of baby massage on infant growth and development. *Methods:* The type of research used in this research is *Pre-Experimental Design* in the form of *Intact Group Comparison*. The population of this study were all 60 babies aged 6-12 months in PMB Hana. The sampling technique used in this research is total sampling. The statistical test used is the *Chi Square Test*. *Result:* The result of this research is that there is an effect between baby massage and infant growth and development at PMB Hana with P-Value <0.0001. *Suggestion:* There is a need to increase education about baby massage for mothers who have babies aged 6-12 months.

Keywords: Baby, Baby massage, Growth and development

PENDAHULUAN

Tumbuh kembang, adalah suatu kegiatan untuk menemukan secara dini adanya penyimpangan pemantauan (status gizi kurang atau buruk, anak pendek), penyimpangan perkembangan (terlambat bicara), dan penyimpangan mental emosional anak (gangguan konsentrasi dan hiperaktif). tumbuh kembang bertujuan untuk mengetahui pertumbuhan dan perkembangan anak serta menemukan secara dini adanya gangguan tumbuh sehingga dapat ditindaklanjuti agar hasilnya lebih baik.

Menurut *World Health Organization (WHO)* Semakin meningkatnya mengenai masalah tumbuh kembang pada anak berkaitan dengan pertumbuhan dan perkembangan anak biasanya dimulai sejak bayi lahir dengan cukup bulan akan tetapi akan mengalami mengenai perubahan fisik dengan kekurangan gizi dan keterbelakangan perkembangan sosial dan motorik pada pertumbuhan dan perkembangan di masa yang akan datang. WHO

(2020) juga melaporkan mengenai prevalensi tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR) salah satunya adalah Indonesia yang masuk kedalam Negara prevalensi tertinggi yaitu 28,7% urutan ketiga mengenai balita yang mengalami masalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan.

Berdasarkan hasil data Riskesdas (2018) masih terlihat bahwa dari 82.661 balita yang dilakukan untuk penimbangan berat badan secara Nasional, hasil prevalensi berat kurang (underweight) sebanyak 19,6%, yaitu terdiri dari 5,7% gizi buruk, dan 13,9% gizi kurang. Data ini masih jauh dari harapan SDGs 2018 untuk prevalensi gizi buruk kurang yaitu sebesar 17%. Di Indonesia tercatat bahwa ada 18 provinsi yang memiliki prevalensi gizi buruk – kurang diatas angka 21,2% - 33,1%, beberapa di antaranya NTT, Maluku dan Jambi (Kemenkes RI, 2018).

ASI adalah makanan bagi bayi yang pertama, paling sehat, dan paling alami, termasuk berbagai nutrisi yang diperlukan untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Rekomendasi pemberian ASI eksklusif selama 6 bulan juga telah ditetapkan oleh WHO, UNICEF, dan Departemen kesehatan RI melalui SK Menkes No. 450/Men.Kes/SK/IV/2004 yang menjelaskan bahwa untuk mencapai pertumbuhan, perkembangan, dan kesehatan yang optimal, bayi harus diberikan ASI eksklusif selama 6 bulan pertama (Kemenkes Republik Indonesia, 2020; Ogbo et al., 2017)

Pijat bayi merupakan perawatan rutin untuk bayi yang sudah dikenal lama oleh masyarakat dan merupakan salah satu terapi tertua di dunia (Pitre, 2012). Pijat bayi dapat meningkatkan ikatan kasih sayang antara anak dengan orang tua karena dilakukan langsung oleh orang tua kepada bayinya secara langsung (Serrano, et al., 2010).

Pijat bayi ternyata berpengaruh pada peningkatan motorik kasar dan halus bayi usia 3-24 bulan, hal ini seperti dengan penelitian yang dilakukan oleh Suharto, Suriani, Arpandjam'an, menunjukkan bahwa terdapat 20 sampel, sampel yang didapatkan rentang umur 6-18 bulan dengan jenis kelamin laki-laki sebanyak 9 orang (45%) dan perempuan sebanyak 11 orang (55%), dapat disimpulkan dari hasil penelitian diperoleh kemampuan mengontrol lengan, kemampuan mengontrol badan, kemampuan mengontrol tungkai dan kemampuan koodinasi jari tangan, sehingga pijat bayi berpengaruh pada peningkatan motorik kasar dan halus bayi (Soeharto, 2018)

Pijat bayi juga ternyata bermanfaat terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 4-6 bulan, hal ini seperti dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasrah, Ketut Swastia, dan Kismiyati menunjukkan bahwa tindakan massage memiliki pengaruh yang positif terhadap peningkatan pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pemijatan dengan perkembangan bayi. Pemijatan yang dilaksanakan secara rutin pada bayi dengan gerakan pemijatan pada kaki, perut, dada, tangan, punggung, dan gerakan peregangangan dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi (Nasrah, 2018).

METODE

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah *Pre-Experimental Design* dengan bentuk *Intact Group Comparison*. Yaitu terdapat satu kelompok yang digunakan tetapi dibagi dua yaitu setengah kelompok diberi perlakuan dan setengah kelompok lain tidak diberikan perlakuan. Menurut Sugiyono (2018) dikatakan bahwa *Pre-Experimental Design* belum merupakan penelitian dengan eksperimen sungguh-sungguh karena masih terdapat variabel yang terpengaruh terhadap terbentuknya variabel dependen. dengan terbentuknya variabel dependen. Hal ini dapat terjadi karena adanya variabel control dan sampel tidak dipilih secara random.

Populasi dari penelitian ini adalah seluruh bayi usia 6-12 bulan yang ada di PMB Hana Wilayah Cabang IBI Klaten sebanyak 50 bayi. Teknik sampling yang dipakai dalam

penelitian ini adalah total sampling. Menurut Sugiyono (2016) cluster sampling merupakan teknik penentuan sampel yang mana peneliti membentuk beberapa kluster.

Penelitian ini menggunakan instrument penelitian berupa Kuesioner Pra Skrining Perkembangan (KPSP) yang akan diberikan sebelum dan sesudah perlakuan yaitu pijat bayi. Menurut Sugiyono (2018) pengumpulan data dilakukan dengan berbagai setting, sebagai sumber dan berbagai cara. Jenis data yang diperoleh didalam penelitian ini adalah melalui data primer. Definisi data primer menurut sugiyono (2018) adalah sumber data yang langsung memberikan data kepada yang pengumpul data. Data primer dalam penelitian ini yaitu diperoleh secara langsung dan memperoleh jawaban dari pertanyaan melalui KPSP

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan diantara dua variabel. Dalam penelitian ini akan dibandingkan distribusi silang antara kedua variabel yang berhubungan. Kemudian akan dilakukan uji statistik untuk menyimpulkan hubungan antara kedua variabel tersebut bermakna atau tidak. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan system komputerisasi. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi Square Test*. *Chi Square Test* salah satu jenis uji komparatif non parametris yang dilakukan pada dua variabel, di mana skala data kedua variabel adalah nominal (Sutrisno, 2000).

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. HASIL

1. Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pijat Bayi di PB Hana

No.	Jenis Kelamin	Kelompok Kontrol	
		f	%
1.	Dilakukan	25	50
2.	Tidak dilakukan	25	50
	Jumlah	50	100

Berdasarkan Tabel 1 terdapat 25 responden (50%) bayi yang diberikan perlakuan pijat bayi, sedangkan terdapat pula 25 responden (50%) bayi yang tidak diberi perlakuan pijat bayi.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Peningkatan Tumbuh Kembang

No.	Jenis Kelamin	Kelompok Kontrol		Kelompok Perlakuan	
		f	%	f	%
1.	Meningkat	10	45,8	15	58,3
2.	Tidak meningkat	15	54,1	10	41,6
	Jumlah	25	100	25	100

Berdasarkan Tabel 2 terdapat 10 responden (45,8%) bayi pada kelompok control yang mengalami peningkatan tumbuh kembang, sedangkan terdapat 15 responden (58,5%) bayi pada kelompok yang tidak diberi perlakuan pijat bayi.

2. Analisis Bivariat

Hasil uji analisis data dilakukan menggunakan chi-square (χ^2). Chi-square (χ^2) merupakan salah satu metode uji non-parametris yang digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara kedua variabel (variabel bebas dan variabel terikat) atau tidak yang mana di dalamnya tidak dapat menunjukkan besaran nilai hubungan di antara kedua variabel tersebut. Adapun hasil analisis data dengan menggunakan chi-square didapat hasil sebagai berikut:

Tabel 3. Pengaruh Pijat Bayi dengan Tumbuh Kembang

No.	Variabel Perlakuan	Peningkatan Tumbuh Kembang				Total		P-Value
		Meningkat		Tidak Meningkat		f	%	
		f	%	f	%			
1.	Pijat Bayi	15	58,3	10	41,6	25	100	<0,0001
2.	Tidak Pijat Bayi	10	45,8	15	54,1	25	100	

B. PEMBAHASAN

Tumbuh kembang merupakan perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu yang masing-masing berbeda, dan bertambah sempurna kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam motorik kasar, motorik halus, bicara, bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan. Faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang yaitu nutrisi yang tercukupi, sentuhan atau rangsangan yang dilakukan secara teratur, dan lingkungan keluarga yang mendukung yang merupakan dasar untuk tumbuh kembang bayi.

Kemampuan dan tumbuh kembang bayi dapat dilakukan dengan cara stimulasi atau rangsangan seperti pijat bayi. Dimana pijat bayi merupakan suatu tindakan yang dilakukan secara alamiah atau sentuhan yang dilakukan kepada bayi agar bayi merasa nyaman. Sentuhan alamiah yang diberikan kepada bayi dengan tindakan mengurut atau memijat. Jika tindakan ini dilakukan secara teratur dan sesuai dengan tata cara dan teknik pemijatan bayi, pemijatan ini bisa menjadi terapi untuk mendapatkan banyak manfaat untuk buah hati yang anda cintai. Manfaat dari pijat bayi seperti meningkatkan berat badan dan pertumbuhan bayi, meningkatkan pola tidur bayi, meningkatkan konsentrasi, meningkatkan daya tahan tubuh dan membina ikatan kasih sayang antara orang tua dengan anak.

Pemijatan pada bayi akan lebih mempercepat perkembangan motorik karena pijat bayi merupakan terapi sentuh atau stimulasi yang berguna untuk merangsang perkembangan motorik. Hal ini dapat dilihat dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu sebelum dilakukan pemijatan pada bayi, dari 25 bayi terdapat 11 bayi yang mengalami peningkatan tumbuh kembang dan 14 bayi yang tidak mengalami peningkatan tumbuh kembang dikarenakan kurangnya sentuhan atau pijatan yang teratur, dan ada juga faktor lain yang mempengaruhi perkembangan yaitu gizi, kurangnya pemahaman ibu tentang manfaat pijat bayi, perawatan selama kehamilan dan post natal serta sosial ekonomi, dan sesudah dilakukan pijat bayi dari 25 bayi terdapat 15 bayi yang mengalami peningkatan tumbuh kembang dan 10 bayi yang tidak mengalami peningkatan dikarenakan dengan adanya rangsangan melalui

sentuhan kulit/pijat ringan pada bayi yang baik akan merangsang saraf otak untuk mengendalikan aktifitas motorik sehingga mampu meningkatkan perkembangan pada motorik kasar.

Pemijatan pada bayi juga akan lebih mempercepat perkembangan motorik karena pijat bayi merupakan sentuhan atau stimulasi yang berguna untuk merangsang perkembangan motorik. Sentuhan lembut pada pijat bayi yang berinteraksi langsung dengan ujung-ujung saraf pada permukaan kulit akan mengirimkan pesan ke otak melalui jaringan saraf yang berada disumsum tulang belakang. Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah sehingga oksigen segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan keseluruhan tubuh sehingga akan terjadi keseimbangan antara anggota gerak dengan otak yang membantu mempercepat perkembangan motorik pada bayi

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian The Brazelton Neonatal bahwa bayi yang diberikan pijat terjadi peningkatan motorik yang cukup signifikan dibandingkan dengan yang tidak. Bayi dapat mengalami perkembangan jika mendapatkan rangsangan pada kulit yang akan memberikan efek nyaman dan meningkatkan perkembangan neurologi sehingga perkembangan motoriknya lebih cepat (Perwati, 2017).

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Field et al menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan pemijatan dengan tekanan yang sedang lebih menunjukkan peningkatan pada motorik kasar dibandingkan dengan bayi yang mendapatkan pemijatan dengan tekanan yang ringan. Pijat bayi akan menstimulasi taktil bayi agar perkembangannya bertambah pesat dengan mudah melakukan gerakan-gerakan yang kompleks atau terkoordinasi. Gerakan remasan pada pijat bayi dapat membuat otot bayi menjadi kuat. Aktivitas nervous vagus menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan pada gastrin dan insulin. Insulin berperan dalam proses metabolisme karbohidrat, penyimpanan glikogen, dan sintesis asam lemak yang akan disimpan didalam hati, lemak, dan otot. Salah satu glikogen akan menghasilkan ATP(Adenosina Trifosfat) yang berfungsi untuk kontraksi otot, ketersediaan ATP(Adenosina Trifosfat) yang cukup akan membuat bayi lebih aktif dalam beraktifitas, sehingga akan mempercepat perkembangan motorik pada bayi.

Pemijatan ini dilihat dari teknik pemijatan yang dilakukan pada tubuh bayi yang dapat menstimulasi atau merangsang koordinasi otot-otot kecil dan otot-otot besar sehingga bayi dapat menggaruk manik-manik, mencari benang, duduk sendiri, merangkak, mengangkat kepala, meraba, memegang benda dengan kelima jainya dan pada saat pemijatan peneliti mengajak bayi berbicara sehingga dapat menstimulasi perkembangan bahasa bayi (Kusumastuti, 2019).

Pemijatan yang dilakukan peneliti dapat diperkuat berdasarkan pendapat Roesli yang menyatakan pijat bayi mempunyai banyak manfaat diantaranya meningkatkan hubungan emosi antara orang tua dan bayi sehingga dapat menstimulasi perkembangan personal sosial bayi, selain itu gerakan remasan pada pijat bayi berfungsi untuk menguatkan otot bayi sehingga dapat menstimulasi perkembangan motoriknya.

SIMPULAN

Berdasarkan Penelitian yang telah dilakukan oleh penulis maka hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti yaitu terdapat adanya pengaruh antara pijat bayi dengan tumbuh kembang bayi di PMB Hana dengan P-Value <0.0001. Tumbuh kembang sangat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya adalah terkait tentang pendapatan keluarga dan juga riwayat pemberian ASI eksklusif, dimana ada kecenderungan ibu yang memiliki

pendapatan tinggi dan memberikan ASI secara eksklusif, akan cenderung memiliki tumbuh kembang balita yang baik pula.

Dari hasil penelitian ini diharapkan bagi bidan dan tenaga kesehatan lainnya untuk lebih banyak memberikan edukasi dengan mengadakan penyuluhan pada ibu-ibu yang memiliki bayi usia 6-12 bulan mengenai pentingnya pijat bayi untuk pertumbuhan perkembangan bagi bayi usia 6-12 bulan.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi RC, Oktiwati A, Saputri LD. Teori & Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak Dan Usia Remaja. Yogyakarta: Nuha Medika. Nuha Medika; 2015
- Dewi S. Pijat & Asupan Gizi Tepat Untuk Melejitkan Tumbuh Kembang Anak. Ari, Editor. Jl. Wonosari Km 6, Demblaksari RT 4, Baturetno, Banguntapan, Bantul, Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2016.
- Hidayat, Alimul Aziz. 2007. Metode Penelitian Kebidanan Teknik Analisa Data. Jakarta : Salemba Medika
- Kusumastuti NA, Tamtomo D, Salimo H. Effect Of Massage On Sleep Quality And Motor Development In Infant Aged 3-6 Months. J Matern Child Heal. Sebelas Maret University; 2016;1(3):161–9.
- Nasrah N, Swastika IK, Kismiyati K. Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 4-6 Bulan Di Puskesmas Hedam Distrik Abepura Kota Jayapura. J Keperawatan Trop Papua. 2018;1(1):13– 8
- Nugrohowati R, Nurhidayati E. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Usia 0-12 Bulan Di Desa Margodadi Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman. STIKES'Aisyiyah Yogyakarta; 2015.
- Ogbo, F. A., Eastwood, J., Page, A., Arora, A., McKenzie, A., Jalaludin, B., Tennant, E., Miller, E., Kohlhoff, J., & Noble, J. (2017). Prevalence and Determinants of Cessation of Exclusive Breastfeeding in the Early Postnatal Period in Sydney, Australia.
- Parwati NWM. Hubungan Pijat Bayi Dengan Perkembangan Bayi Umur 3- 6 Bulan The Relations Between Baby Massage And 3-6 Months' Old Baby Development. J Ris Kesehat Nas. 2017;1(2):145–50.
- Permenkes RI No.66 tahun 2019 tentang Pemantauan pertumbuhan, perkembangan, dan gangguan tumbuh kembang anak.
- Pratyahara. 2012. Keajaiban Terapi Sentuhan untuk Bayi Anda. Yogyakarta: Javalitera
- Kemendes Republik Indonesia. (2020). Profil Kesehatan Indonesia tahun 2020. In Pusdatin.
<https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatanindonesia/Profil-Kesehatan-Indonesia-Tahun-2020.pdf> .
- Kemendes RI. (2018). Hasil utama RISKESDAS 2018. In Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risksdas2018_1274.pdf.
- Setiawati, S., Yani, E. R., & Rachmawati, M. (2020). Hubungan Status Gizi dengan Pertumbuhan dan Perkembangan Balita 1-3 Tahun. Holistik Jurnal Kesehatan, 14(1), 88–95. DOI: 10.33024/hjk.v14i1.1903.
- World Health Organization. (2020). UNICEF/WHO/The World Bank Group Joint Child Malnutrition Estimates: Levels and Trends in Child Malnutrition: Key Findings of the 2020 Edition.