

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN  
BERAT BAYI DI DESA REMBAH HILIR**

***THE IMPACT OF BABY MASSAGE ON BABY WEIGHT GAIN  
IN THE VILLAGE OF REMBAH HILIR***

Elvira Junita<sup>1</sup>, Heny Sepduwiana<sup>2</sup>, Yuyun Bewelli Fahmi<sup>3</sup>, Andriana<sup>4</sup>, Rika Herawati<sup>5</sup>

<sup>1,2,3,4,5</sup> Program Studi S1 Kebidanan dan Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas Pasir Pengaraian, Riau, Indonesia

e-mail: [viraromi@gmail.com](mailto:viraromi@gmail.com)

**Abstrak**

Berat badan bayi merupakan salah satu indikator dalam penilaian status gizi bayi, Status gizi adalah parameter tercukupi atau tidaknya nutrisi bayi dalam proses pertumbuhan dan perkembangan. Secara nasional di Indonesia presentase status gizi buruk dan gizi kurang balita pada tahun 2018 adalah 17,7% dan di provinsi Riau pada tahun 2018 adalah 18,9%. Data Dinas Kesehatan Rokan Hulu Prevalensi gizi buruk pada Balita Tahun 2019 sebanyak 121 balita. Kebaruan dalam penelitian ini yaitu meneliti pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat bayi di desa Rembah hilir. Penelitian bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi, Dalam penelitian ini menggunakan desain *one group pre-post test design*. Analisa data menggunakan *Dependent T-Test*. Hasil penelitian yang didapatkan rata-rata berat badan bayi sebelum pijat adalah 4,86 Kg dan rata-rata berat badan bayi sesudah pijat adalah 5,72 Kg dengan nilai Pvalue 0,000 ( $\alpha=0,05$ ). Kesimpulan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi.

**Kata kunci:** Bayi; Kenaikan Berat Badan; Pijat.

**Abstract**

*Infant weight is one of the markers used to determine a child's nutritional status. The nutritional status of a baby is a criterion for determining whether or not the baby's nutritional needs are met during the growth and development process. In 2018, 17.7% of Indonesian children under the age of five were malnourished or undernourished, while 18.9% of children in Riau province were malnourished or undernourished. The Rokan Hulu Health Service provided the data. In 2019, there were 121 toddlers who were malnourished. The novelty of this study is to examine the effect of infant massage on increasing infant weight in the downstream village of Rembah. The goal of this study is to see how newborn massage affects weight gain. A one-group pre-post test was employed in this investigation. The Dependent T-Test was used to analyze the data. With a P-value of 0.000 ( $=0.05$ ), the average baby weight before massage was 4.86 kg, while the average baby weight after massage was 5.72 kg. The result is that newborn massage has an influence on weight gain in infants.*

**Keywords:** *Baby; Baby Weight; Massage.*

Received: December 28<sup>th</sup>, 2021; 1<sup>st</sup> Revised March 2<sup>nd</sup>, 2022;  
2<sup>nd</sup> Revised May 11<sup>th</sup>, 2022; Accepted for  
Publication : July 14<sup>th</sup>, 2022

## 1. PENDAHULUAN

Berat badan bayi merupakan salah satu indikator dalam penilaian status gizi bayi. Status gizi adalah parameter tercukupi atau tidaknya nutrisi bayi dalam proses pertumbuhan dan perkembangan.(1) Berat badan bayi dipengaruhi dari dua faktor yaitu dari faktor internal seperti asupan gizi dan faktor eksternal seperti stimulus. Stimulasi berperan dalam meningkatkan hormon pertumbuhan. Stimulus dapat berupa terapi pijat bayi yang dapat meningkatkan kerja hormon dan sistem pencernaan yang menyebabkan nutrisi terserap dengan baik sehingga tercapai pertumbuhan bayi yang optimal. (2)

Secara nasional di Indonesia presentase status gizi buruk dan gizi kurang balita pada tahun 2018 adalah 17,7% dan di provinsi Riau pada tahun 2018 adalah 18,9%.(3) Data Dinas Kesehatan Rokan Hulu Prevalensi gizi buruk pada Balita Tahun 2019 sebanyak 121 balita, 1.376 balita dengan status gizi kurang, 399 balita status gizi lebih dan 41.180 balita status gizi baik dari 43.076 balita yang ditimbang berdasarkan Laporan Bulan Penimbangan dan Pemantauan Status Gizi (BB/U).(4)

Prevalensi gizi buruk pada Balita

di Puskesmas Rambah Hilir I tahun 2019 sebanyak 27 balita, 142 balita dengan status gizi kurang, 15 balita dengan status gizi lebih dan 2.235 balita status gizi baik dari 2.419 balita yang ditimbang. Di Desa Rambah Hilir prevalensi gizi buruk pada Balita Tahun 2019 sebanyak 1 balita, 12 balita dengan status gizi kurang, 1 balita dengan status gizi lebih dan 289 balita dengan status gizi baik dari 303 balita yang ditimbang.(6)

Keputusan Menteri Kesehatan RI Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 tentang Standar Profesi Bidan menyebutkan bidan berwenang memantau tumbuh kembang bayi melalui deteksi dini dan stimulasi tumbuh kembang. Salah satu bentuk stimulasi yang selama ini dilakukan masyarakat adalah dengan pijat. (7)

Keputusan Menteri Kesehatan RI No 8 Tahun 2014 tentang Pelayanan Kesehatan 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 limfa (getah bening) dan penguatan sistem tubuh lainnya, dimaksudkan untuk kesehatan dan kebugaran.(8)

Salah satu mekanisme dasar pijat bayi adalah aktivitas Nervus Vagus meningkatkan volume ASI yaitu penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan Aktivitas Nervus Vagus menyebabkan bayi cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu pada ibunya. Seperti diketahui, ASI akan semakin banyak diproduksi jika semakin banyak diminta. Selain itu, Ibu yang memijat bayinya akan merasa lebih tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume ASI. Sentuhan pijatan juga dapat membantu dalam mempererat sebuah hubungan antara bayi dengan pemijat. Pijat bayi dapat melibatkan keluarga – keluarga terdekat untuk mendekatkan hubungan emosional. Naluri seorang bayi dapat merespon sentuhan dari ibunya sebagai ungkapan rasa cinta, perlindungan, dan perhatian.(9)

Survey awal tentang pengalaman pijat bayi kepada 10 ibu yang membawa bayinya ke posyandu yang ada di Desa Rambah Hilir. Ibu mengatakan bahwa bayinya dipijat apabila ketika demam, sakit, sering rewel, dan ketika tidak enak badan pada tukang urut tradisional yang dipercayainya. Ibu bayi mengatakan tidak pernah melakukan pijat sendiri terhadap bayinya, Ibu langsung membawa bayi ke tempat urut tradisional yang dikenalnya.

Tujuan dalam penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di Desa Rambah Hilir.

## 2. METODE

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan desain *one group pre-post test* untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi. Penelitian ini dilakukan di Desa Rambah Hilir pada tahun 2021. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi Desa Rambah Hilir usia 0-3 bulan yang berjumlah 25 orang, sampel dalam penelitian ini yaitu 25 orang, seluruh populasi dijadikan sampel.

Prosedur penelitian adalah bayi ditimbang sebelum dipijat untuk mengetahui berat badan sebelum dipijat, pemijatan dilakukan seminggu sekali selama empat minggu, dan bayi ditimbang kembali untuk mengetahui berat badan setelah bayi dipijat. Pengumpulan data dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan lembar observasi, dan analisis data dilakukan dengan Uji Wilcoxon.

### 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

**Tabel 1. Distribusi Berat Badan Bayi Sebelum Pijat**

Variabel	Mean	SD	Min-Mak	95% CI
Berat Badan Bayi	4,86	0,84	3,5-5,9	4,49-5,22

Tabel 1 diperoleh rata-rata berat badan bayi sebelum pijat adalah 4,86 Kg. dengan SD 0,84. Berat badan bayi terendah adalah 3,5 kg. dan yang tertinggi adalah 5,9 Kg.

**Tabel 2. Distribusi Berat Badan Bayi Sesudah Pijat**

Variabel	Mean	SD	Min-Mak	95% CI
Berat Badan Bayi	5,72	0,85	4,3-6,9	5,35-6,08

Tabel 2 diperoleh rata-rata berat badan bayi sesudah pijat adalah 5,72 Kg. dengan SD 0,85. Berat badan bayi terendah adalah 4,3 kg. dan yang tertinggi adalah 6,9 Kg

**Tabel 3. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Di Desa Rambah Hilir**

Variabel	Mean	SD	SE	P value	N
Sebelum	4,86	0,84	0,17	0,000	25
Sesudah	5,72	0,85	0,18		25

Tabel 3 menunjukkan bahwa rata-rata berat badan bayi sebelum pijat adalah 4,86 Kg, dengan SD 0,84 dan terjadi

peningkatan berat badan setelah diberi pijat bayi sebesar 0,66 Kg menjadi 5,43. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,000$  ( $p \text{ hitung} < \alpha$ ). Dapat diartikan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi di Desa Rambah Hilir

#### Pembahasan

Hasil analisis didapatkan rata-rata berat badan bayi sebelum pijat adalah 4,86 Kg, dengan SD 0,84. Berat badan terendah adalah 3,5 Kg dan yang tertinggi adalah 5,9 Kg. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata berat badan sebelum diberikan pijat bayi adalah antara 4,49-5,22, rata-rata berat badan bayi sesudah pijat adalah 5.72 Kg, dengan SD 0,85. Berat badan terendah adalah 4.3 Kg dan yang tertinggi adalah 6,9Kg. Hasil estimasi interval dapat disimpulkan bahwa 95% diyakini bahwa rata-rata berat badan sesudah diberikan pijat bayi adalah antara 5,35-5,09. Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,000$  ( $p \text{ hitung} < \alpha$ ), dapat diartikan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 0-6 bulan Di Desa Rambah Hilir.

Penambahan berat badan pada periode pasca neonatal (29 hari-1 tahun) sangat mencolok. Pada masa ini penambahan berat badan bayi biasanya

pada 3 bulan pertama 750 gram/bulan, yang selanjutnya pertambahan makin lama akan berkurang. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Roesli (2008) yang mengatakan salah satu manfaat pijat bayi adalah untuk meningkatkan berat badan bayidan pijat bayi dapat menimbulkan efek biokimia dan fisik yang positif. Pijat bayi menyebabkan peningkatan aktivitas nervus vagus dan akan merangsang hormon pencernaan antara lain insulin dan gastrin.

Insulin memegang peranan pada metabolisme, menyebabkan kenaikan metabolisme karbohidrat, penyimpanan glikogen, sintesa asam lemak, ambilan asam amino sintesa protein. Jadi insulin merupakan suatu hormon anabolik penting yang bekerja pada berbagai jaringan termasuk hati, lemak dan otot. Peningkatan insulin dan gastrin dapat merangsang fungsi pencernaan sehingga penyerapan terhadap sari makananpun menjadi lebih baik. Penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu bayi lebih sering menyusu. Akibatnya produksi ASI akan lebih banyak.(9)

Hasil penelitian ini juga didukung dengan hasil penelitian Umi Kalsum (2014) tentang peningkatan berat badan

bayi melalui pijat bayi di Puskesmas Tunikamaseang Kecamatan Bontoa Kabupaten Maros Sulawesi Selatan sebanyak 30 responden dengan hasil uji statistik menggunakan uji man-Whitney dengan nilai P sebesar 0,033 sehingga kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara pijat dengan peningkatan berat badan bayi.(10)

Penelitian yang dilakukan oleh Desi Hidayanti (2018) dengan judul Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Bayi Baru Lahir Di Puskesmas Kota Tengah yaitu ada perbedaan bermakna pertumbuhan bayi pada kelompok yang dipijat dan tidak dipijat. Penambahan berat badan pada kelompok yang dipijat selama 4 minggu oleh ibunya, lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang tidak dipijat ( $p=0,0004$ ). (11)

Penelitian oleh Marni (2015) pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi Di Kelurahan Giripurwo, Kecamatan Wonogiri, Kabupaten Wonogiri yaitu ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi dengan nilai Pvalue 0,000. Pengukuran berat badan responden kelompok intervensi dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu pertama pada saat pengambilan data sebelum dilakukan pijat

bayi, dan terakhir pada saat setelah sebulan dilakukan pijat bayi. (12)

#### 4. KESIMPULAN

Kesimpulan dalam penelitian ini ada pengaruh pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi dan diharapkan kepada pemerintah desa bisa memberikan pelatihan pijat bayi kepada kader posyandu sehingga di layanan diposyandu kedepan memiliki pelayanan pijat.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada tim peneliti yang telah membantu dan mendukung dalam pelaksanaan penelitian ini dan akhirnya bisa dipublish.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. Septiani Bds, Nurmaningsih, Nisa Sh. Pengaruh Edukasi Gizi Dengan Metode Emotional Demonstration Terhadap Pengetahuan Ibu. *Jambura J Heal Sci Res I*. 2021;1(1):9–16.
2. Supariasa. *Penilaian Status Gizi*. Egc, Editor. Jakarta; 2012.
3. Riskesdas. *Status Gizi*. Riskesdas. 2018;
4. Jalilah Nh, Febrianti S, Kesehatan Fi, Tarakan Ub. Factors Associated With Stunting Incidence In Toddlers In North Kalimantan. 2022;4:106–12.
5. *Profil Kesehatan Provinsi Riau*. 2019;
7. Kementerian Kesehatan Ri. Keputusan Menteri Kesehatan Ri Tentang Standar Profesi Bidan. *Sustain*. 2020;4(1):1–9.
8. Kementerian Kesehatan Ri. Standar Profesi Bidan.
9. Roesli U. *Pedoman Pijat Bayi*. 2013;(Pt.Trubus Agriwidya, Anggota Ikapi).
10. Kalsum U. Peningkatan Berat Badan Bayi Melalui Pemijatan. 2014;17(1):25–9.
11. Hidayanti D. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Bayi Baru Lahir Di Puskesmas Kota Bandung. *J Kebidanan*. 2018;4(4):197–209.
12. Marni M. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Bandan Bayi. *J Kebidanan Indones*. 2017;10(1):12–8.