

Effect of Baby Massage on Weight Gain in Undernourished Toddlers In Wasegi Indah Village, Prafi District, Manokwari Regency

*Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Balita Gizi Kurang
di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi Kabupaten Manokwari*

Ni Kadek Muliastiti^{1*}; Siti Muawanah²; M. Zuhul Purnomo³

^{1,2,3} Program Studi Ilmu Kebidanan, STIKES Bakti Utama Pati, Indonesia

*Corresponding Authors : muliastitinikadek@gmail.com

Received: 27 Mei 2023; Revised: 30 Mei 2023; Accepted: 1 Juni 2023

ABSTRACT

Massage is one of the oldest healing methods in the world. Massage encompasses the art of health care and is a medicine capable of loosening overly stiff joints and bringing together the organs of the body with vigorous rubbing. This study aims to determine differences in giving baby massage to increasing body weight in undernourished toddlers in Wasegi Indah Village, Prafi District, Manokwari Regency. The design in this study was Pre-Experimental with the type of one group pretest-posttest design. The sampling technique in this study was total sampling, with a total sample of 30 respondents. The research data was statistically tested using the Paired T-Test. The results showed that there was a difference in the effect of giving massage on weight gain in malnourished toddlers in Wasegi Indah Village, Prafi District, Manokwari Regency, West Papua Province (p-value 0.000). It is hoped that midwives can provide CIE to all mothers who have toddlers to increase their knowledge about infant massage

Keywords: Baby Massage; Weight, Toddlers, Malnutrition

ABSTRAKS

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. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pemberian pijat bayi terhadap peningkatan Berat Badan pada Balita Gizi Kurang di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi Kabupaten Manokwari. Desain pada penelitian ini adalah *Pre-Experimental* dengan jenis rancangan *one group pretest-posttest design*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling, dengan jumlah sampel 30 responden.. Data penelitian diuji statistik menggunakan *uji Paired T-Test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh perbedaan pemberian pijat terhadap peningkatan berat badan pada balita kurang gizi di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat (p-value 0,000). Diharapkan bidan dapat memberikan KIE pada semua ibu yang memiliki balita untuk meningkatkan pengetahuan tentang pijat bayi

Kata Kunci : Pijat Bayi; Berat Badan, Balita, Gizi Kurang

LATAR BELAKANG

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. (Syaukani, 2015)

Tumbuh kembang merupakan dua peristiwa yang sifat nya berbeda tetapi berkaitan dan sulit untuk dipisahkan, yaitu pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan adalah adanya transformasi fisik, peningkatan jumlah dan ukuran sel secara kuantitatif, dimana sel-sel tersebut mensintesis protein baru yang menunjukkan seperti usia, tinggi badan, berat badan dan pertumbuhan gigi. Perkembangan merupakan peningkatan kompleksitas fungsi, kualitas dan menjadi bagian dari perilaku pertumbuhan, diantaranya kemampuan berjalan, berbicara, dan berlari. (Wulandari & Meira, 2016)

Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan, karena dalam pijat bayi terdapat unsure sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara atau bicara, pandangan mata, gerakan, dan pijatan. Stimulasi ini akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi sel sel otak. (Ivra, dkk, 2014) 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 2x15 menit selama 5 minggu, 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 dari padayang tidak dipijat. Mengutip pula penelitian yang

dilakukan oleh Tri Sunarsih (2010), bayi pada kelompok eksperimen mengalami peningkatan berat badan sebesar 17,32 % dan kelompok control meningkat sebesar 13,48%.

Berdasarkan survey data awal hasil penimbangan berat badan anak di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi, terdapat 111 anak yang tercatat melakukan timbangan di Posyandu dan hasilnya terdapat 30 anak yang mengalami gizi kurang.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dasuki, 2003 dalam jurnal yang berjudul pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi umur 4 bulan didapatkan hasil penelitian ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan yang signifikan, median kelompok control adalah 0,40 kg (rumus), dan median kelompok pijat adalah 0,60 kg (rumus). Ada pengaruh pijat bayi terhadap perubahan skor-z, median kelompok control adalah 0,27 (rumus) dan kelompok pijat 0,03 (rumus) atau kata lain kelompok control mengalami gangguan pertumbuhan 0,27 SD skor-z sebulan dan kelompok pijat mengalami gangguan pertumbuhan 0,03 SD skor sebulan. Kesimpulannya, bayi yang dipijat kenaikan berat badannya lebih besar dari pada bayi yang tidak dipijat.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Marni, 2019 dengan jurnal yang berjudul Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi, menunjukkan hasil nilai p value = 0,000 ($<0,05$) ada perbedaan berat badan sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pijat bayi. Kesimpulannya ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan pada Balita Gizi Kurang di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi Kabupaten Manokwari”.

METODE PENELITIAN

Desain pada penelitian ini adalah *Pre-Experimental* dengan jenis rancangan *one group pretest-posttest design*.. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Ibu yang memiliki Balita Gizi Kurang yang berada di Desa Wasegi Indah kecamatan Prafi, Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah total sampling, dengan jumlah sampel 30 responden.. Data penelitian diuji statistik menggunakan *uji Paired T-Test*.. Lokasi penelitian ini

dilaksanakan di Desa Wasegi Indah Distrik Prafi Kabupaten Manokwari. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari - Februari 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Tabel 1. Distribusi BB Sebelum dan Sesudah diberikan Pijat Bayi

| BB Balita | Mean | Min | Mak | SD |
|-----------|--------|------|-------|---------|
| Sebelum | 9.1767 | 6.40 | 14.60 | 2.10708 |
| Sesudah | 9.4533 | 6.70 | 14.90 | 2.09395 |

Tabel 2. Hasil Analisis Perbedaan BB Sebelum dan Sesudah diberikan Pijat Bayi

| | Paired Differences | | | | | t | df | Sig. (2-tailed) |
|-------------------|--------------------|----------------|-----------------|---|---------|---------|----|-----------------|
| | Mean | Std. Deviation | Std. Error Mean | 95% Confidence Interval of the Difference | | | | |
| | | | | Lower | Upper | | | |
| Sebelum - Sesudah | -.27667 | .10063 | .01837 | -.31424 | -.23909 | -15.059 | 29 | .000 |

Pembahasan

1. Berat Badan Balita Sebelum Pijat

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata berat badan balita sebelum di pijat adalah 9.17 kg, dengan berat badan terendah 6.4 kg dan tertinggi 14.6 kg. Berat badan balita tersebut tergolong dalam kategori berat badan normal. Faktor yang mempengaruhi berat badan pada balita sebelum di massage adalah jenis kelamin.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan 12 balita (40 %) berjenis kelamin laki-laki dan 18 balita (60 %) berjenis kelamin perempuan. Menurut peneliti jenis kelamin pada balita dapat mempengaruhi kenaikan berat badan, karena anak perempuan sangat berbeda dengan anak laki-laki. Pada anak laki-laki cenderung berat badannya lebih susah naik bila dibandingkan dengan anak perempuan. Pada anak laki-laki aktivitasnya juga semakin banyak bila dibandingkan dengan anak perempuan sehingga dapat berpengaruh pada berat badannya.

Menurut Sulistyawati (2015) Jenis kelamin dapat mempengaruhi fungsi reproduksi, pada anak perempuan lebih cepat berkembang dari pada anak laki-laki. Tetapi setelah melewati masa pubertas pertumbuhan anak laki-laki lebih cepat dari pada anak perempuan.

Faktor kedua yang dapat mempengaruhi berat badan adalah usia pada balita. Menurut peneliti pada setiap tahapan pertumbuhan pada balita salah satunya dipengaruhi oleh usia, karena setiap bulannya usia bertambah begitupun dengan berat badan yang selalu bertambah. Sesuai dengan KMS berat badan balita pada usia 3-5 tahun akan mengalami kenaikan berat badan sebesar 200 gram pada setiap bulannya (Buku KIA, 2014).

2. Berat badan balita sesudah di pijat

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata berat badan balita sesudah di massage adalah 9.45 kg, dengan berat badan terendah 6.7 kg dan tertinggi 14.9 kg. Berat badan balita tersebut mengalami kenaikan dari berat badan awal. Kenaikan berat badan pada balita dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi berat badan pada balita sesudah di massage adalah nutrisi pada balita. Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa seluruh responden sesudah di massage, nutrisinya baik.

Menurut peneliti pada balita sesudah di massage nafsu makannya akan meningkat dan fungsi sistem pencernaan semakin baik, terutama dalam penyerapan sari-sari makanan sehingga peningkatan berat badan balita meningkat sesuai dengan yang diharapkan. Massage pada balita menjadi sangat berarti dan bermanfaat apabila dilakukan ibu/ayah disertai dengan penyaluran kasih sayang pada balita nya.

Menurut Roesli (2016) aktifitas pijat akan mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan. Penelitian Field dan Schanberg (1989) menunjukkan bahwa pada balita yang dipijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus yang menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Dengan demikian, penyerapan makanan akan menjadi lebih baik.

Faktor yang kedua yaitu adanya hormon adrenalin. Menurut peneliti kenaikan berat badan selain dipengaruhi oleh saraf otak ke-10 dipengaruhi juga oleh hormon adrenalin yang dapat mengurangi rasa stress sehingga membuat balita lebih tenang sehingga balita mudah lapar dan nafsu makanya menjadi baik.

Menurut Roesli (2016) pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat 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.

Faktor yang ketiga yaitu pengaruh dari hormon endorphine. Menurut peneliti dengan di massage balita akan menjadi lebih tenang yang dapat mengeluarkan hormon endorphine sehingga balita menjadi lebih rileks dan menjadi tenang saat di pijat dan aliran darah menjadi lancar sehingga asupan nutrisinya menjadi lebih baik.

Menurut Roesli (2016) pengurangan sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu neurochemical betha-endorphine, yang akan mengurangi pembentukan hormon pertumbuhan karena menurunnya jumlah dan aktivitas ODC jaringan. Pijat sebagai vasodilatasi pembuluh darah, aliran darah lancar asupan nutrisi tersebar baik keseluruh tubuh dan zat penyebab tubuh pegal (asam laktat) bisa diangkut dan daur ulang selain itu massage dapat merangsang sel – sel untuk mengeluarkan endorphine (morfin endogen: zat yang membuat badan terasa lebih segar dan nyaman). Dan dapat Merangsang Humunculus Cerebri, sehingga meningkatkan proses perkembangan otak.

3. Pengaruh Pemberian Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Balita

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 30 responden mengalami kenaikan berat badan hasil perhitungan dengan analisis statistik dengan paried t-test nilai p (value) $0.00 < \alpha (0.05)$. Hasil ini menunjukkan bahwa secara statistik ada pengaruh yang signifikan pemberian pijat terhadap peningkatan berat badan pada balita kurang gizi.

Menurut peneliti hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian pijat terhadap peningkatan berat badan pada balita kurang gizi, terlihat dari adanya perubahan yang signifikan antara berat badan sebelum di pijat dan berat badan sesudah di pijat, yang dimana seluruhnya berat badan balita sesudah di pijat mengalami kenaikan. Pada balita sesudah di pijat akan membuat rasa nyaman (relaksasi) dan mengantuk (cepat tertidur). Sehingga dapat merangsang nervus vagus yang menyebabkan kualitas tidur balita dan nafsu makannya menjadi lebih baik, yang menjadi faktor pendukung yang mempengaruhi pijat terhadap

peningkatan berat badan balita. Hal ini sesuai dengan pendapat beberapa beberapa para ahli, bahwa balita yang di pijat teratur mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke-10). Sebab, proses sentuhan akan menyebabkan naiknya kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Sehingga penyerapan terhadap sari makanan menjadi lebih baik dan balita merasa cepat lapar dan lebih sering minum (Roesli, 2016).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Berat badan balita sebelum di pijat sebagian besar berat badannya kurang di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat.
2. Badan balita sesudah di pijat sebagian besar mengalami kenaikan berat badan di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat.
3. Ada pengaruh pemberian pijat terhadap peningkatan berat badan pada balita kurang gizi di Desa Wasegi Indah Kecamatan Prafi Kabupaten Manokwari Provinsi Papua Barat.

Saran

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel, jenis dan metode penelitian yang berbeda misalnya variabel pemberian massage terhadap pertumbuhan pada balita dengan metode true eksperimen

DAFTAR PUSTAKA

- Abeway, S. et al. 2018. *Research Article: Stunting and Its Determinants among Children Aged 0-59 Months in Northern Ethiopia: A Cross-Sectional Study*. Journal of Nutrition and Metabolism.
- Almatsier, S. 2009. *Prinsip Ilmu Dasar Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Adriani, M, Bambang W. 2014. *Gizi Kesehatan Balita (Peranan Mikro Zinc pada Pertumbuhan Balita)*. Jakarta: Kencana.
- Andriani, R. 2016. *Hubungan Antara Indeks Masa Tubuh dan Aktivitas Fisik dengan Volume Oksigen Maksimum*. Universitas Muhammadiyah urakarta: Surakarta.
- Astriana, A & Suryani, I. 2016. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi*

- Aziz, Moh. Ali dkk. 2005. *DakwahPemberdayaan Masyarakat: Paradigma Aksi Metodologi*. Yogyakarta: LKiS Pelangi Nusantara.
- Depkes RI. 2006. *Status Gizi dan Imunisasi Ibu dan Anak di Indonesia*. Jakarta: Departemen Kesehatan.
- Dewi, SSS. 2018. *PengembanganGaleriPelatihanPijat Bayi bagikaderPosyandu Balita Wilayah KerjaPuskesmasLabuhanRasoki*.Jurnal Pengabdian Masyarakat Aupa (JPMA) 3 (1), 33-37, 2018.
- Field, T. M., S. Schanberg. 1989. *Massage Alters Growth and Catecholamine Production in Preterm Newborns, in Advances Touch*. New Implication in Human Development, Pediatric Round Table. USA.
- Gulford J. P. 1973. *Creativity*. USA: American Psychologist.
- Irianti, B. 2018. *Faktor-faktor yang menyebabkan Status Gizi Kurang pada Balita di Wilayah KerjaPuskesmas Sail Pekanbaru tahun 2018*. Midwifery Journal: JurnalKebidanan UM. Mataram 3 (2), 95-98, 2018.
- Irianto, Koes. 2014. *GiziSeimbangdalam Kesehatan Reproduksi (Balanced Nutrition in Reproductive Health)*. Bandung: ALFABETA.
- Marni. 2019. *Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi*. Jurnal Kebidanan Indonesia 10 (1), 12-18, 2019.
- Notoatmodjo. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan Rd. Revisi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ratufelan, E &Unaidi, J. 2018. *Hubungan Pola Makan, Ekonomi Keluarga dan Riwayat Infeksi dengan Kejadian Gizi Kurang pada Balita di Wilayah Kerja Puskesmas Benu-Benuatahun 2018*. Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat 3 (2).
- Santoso, I. 2010. *Pengaruh Pijat Bayi terhadapPeningkatanBerat Badan pada Balita Gizi Kurang usia 12-24 bulan di Puskesmas Imogiri II Kabupaten Bantul*. UMS, 2010.