

## UPAYA PENINGKATAN BERAT BADAN BALITA MELALUI PIJAT BAYI DI GRIYA “MOMBYKIDS” JOMBANG

**Hidayatun Nufus<sup>1</sup>**

Prodi D4 Kebidanan, ITS Kes ICMe Jombang

Email : [hidayatunnufus77@gmail.com](mailto:hidayatunnufus77@gmail.com)

**Rista Novitasari<sup>2</sup>**

Prodi D4 Kebidanan, ITS Kes ICMe Jombang

Email : [ristanovi2022@gmail.com](mailto:ristanovi2022@gmail.com)

### ABSTRAK

**Pendahuluan** Profil Kabupaten Jombang tahun 2019 sebanyak 74.723 balita yang ditimbang mempunyai berat badan kurang 3.951 (5,29%). balita, persentase balita gizi kurang 5,29%. Di Griya “Mombykids” Jombang balita dengan berat badan kurang sejumlah 5 orang. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat terhadap kenaikan berat badan balita **Metode** Desain penelitian ini adalah *Quasi eksperimen* dengan pendekatan *non equivalent control group*. Populasi dan sampel dalam penelitian ini adalah seluruh balita usia 1-3 tahun pada bulan Juli-Agustus 2021 di Griya “Mombykids” Jombang sebanyak 30 Balita . Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan metode Purposive Sampling. Variabel independent penelitian ini yaitu pijat bayi dan variabel dependennya yaitu Kenaikan berat badan balita. Instrument penelitian menggunakan SOP pijat bayi dan timbangan bayi. Penelitian ini menggunakan uji statistik *Paired T Test*. **Hasil** uji statistik dengan menggunakan paired t test didapatkan  $t = 3,767$ . Oleh karena  $t$  hitung ( $3,767$ ) >  $t$  tabel ( $2,045$ ) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima. **Pembahasan** bayi yang dilakukan pemijatan mengalami peningkatan berat badan karena pemijatan dapat meningkatkan mekanisme penyerapan makanan pada syaraf nervus vagus dan menghasilkan efek peningkatan nafsu makan pada bayi sehingga berat badan bertahap akan ikut naik (Prasetyo, 2017) serta hormon stres pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat Marmi (2019). Bayi yang dipijat juga mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari kandungan dalam makanan menjadi lebih baik. Efeknya, bayi mengalami lebih cepat lapar dan banyak menyusu kemudian meningkatkan produksi ASI **Kesimpulan** penelitian ini ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan balita di Griya “Mombykids” Jombang

Kata Kunci: Pijat bayi, Berat badan balita

### ABSTRACT

**Introduction** Profile of Jombang Regency in 2019 as many as 74,723 children under five were weighed, 3,951 (5.29%). toddlers, the percentage of undernourished toddlers is 5.29%. At Griya "Mombykids" in Jombang there are 5 underweight toddlers. The purpose of this study was to determine the effect of giving massage on toddlers' weight gain. **Method** The research design is a quasi-experimental approach with a non-equivalent control group approach. The population and sample in this study were all toddlers aged 1-3 years in July-August 2021 at Griya "Mombykids" Jombang as many as 30 toddlers. Sampling is using the purposive Sampling method. The independent variable it was baby massage and the dependent variable was toddler weight gain. The research instrument used SOP for baby massage and baby scales and use Paired T test for statistic. **Result** For the result using paired t test obtained  $t = 3.767$ . Because  $t$  count ( $3.767$ ) >  $t$  table ( $2.045$ ) then  $H_0$  is rejected and  $H_a$  is accepted. **Discussion** that babies who are massaged experience an increase in body weight because massage can increase the mechanism of food absorption in the vagus nerve and produce the effect of increasing appetite in infants so that body weight will gradually increase (Prasetyo, 2017) and stress hormones in babies decrease, so babies can suck more breast milk, so milk production will increase and body weight will increase Marmi (2019). Babies who are massaged also experience increased levels of absorption enzymes and insulin so that absorption of the nutrients in food is better. The effect is that the baby gets hungry faster and suckles a lot and then increases milk production. **Conclusion**, there was an increase in the weight of toddlers aged 1-3 years before and after the baby massage at Griya "Mombykids" Jombang.

**Keywords:** Baby massage, toddler weight

## PENDAHULUAN

Salah satu indikasi sehat adalah anak senantiasa tumbuh dan berkembang sesuai dengan usianya. Anak sanggup tumbuh dan berkembang maksimal bila dia diberi stimulasi yang tepat. Menurut para pakar kesehatan anak, terselip berbagai macam teknik yang sanggup dilakukan orang tua guna sanggup menstimulasi tumbuh kembang buah hatinya( Astawa, 2021).

Jumlah balita di Kabupaten Jombang pada tahun 2019 yang ditimbang( D) 74. 723 balita. Dari hasil penimbangan sanggup diketahui jika balita gizi kurang sebesar 3. 951 balita, persentase balita gizi kurang 5, 29%. Di Griya “ *Mombykids*” Jombang balita dengan berat badan kurang sejumlah 5 orang.

Upaya guna teap menjaga keseimbangan tumbuh kembang diantaranya dengan pijat dan memberi asupan hidangan yang bergizi. Pijat menggambarkan salah satu stimulasi sentuhan yang sudah diakui kemanjurannya. Dengan pijat, anak bakal berkembang serta tumbuh dengan optimal( Harahap, 2019)

Perkara pertumbuhan pada balita merupakan kasus yang harus diperhatikan karna dapat mempengaruhi kehidupan maupun tahap selanjutnya. Perubahan berat badan pada balita menggambarkan penunjuk yang sangat sensitif guna memantau pertumbuhan dan kesehatan balita sehingga ketika muncul masalah kita wajib segera mencari solusinya agar tidak alami pertumbuhan yang gagal. Pencetus dari keterlambatan pertumbuhan balita salah satunya merupakan kurang aktifnya sikap orang tua dalam membagikan stimulasi kepada bayi serta ketidaktahuan orang tua terhadap berartinya stimulasi perkembangan dan serta cemas terjadi

masalah dengan anaknya apabila salah memijat( Marmi, 2019).

Upaya yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan salah satunya dalam mengatasi kasus pertumbuhan berat badan adalah dengan memberikan KIE kepada ibu tentang *massage/* pemijatan pada bayi dan peningkatan pelayanan kesehatan pada kesehatan anak terutama buat kesehatan bayi. Menurut Harahap( 2019) salah satu teknik menangani masalah berat badan yaitu dengan memberikan rangsangan dan stimulasi. Stimulasi yang dianjurkan adalah melaksanakan *massage* pada balita.

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat terhadap kenaikan berat badan balita

## METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan adalah Quasi eksperimen (eksperimen semu) rancangan tersebut merupakan di mana penulis memberikan intervensi/perlakuan pada subjek (Danar, 2021). Dengan rancangan *non equivalen kontrol group*. Yang merupakan sampel dari penelitian ini adalah anak usia 1-3 tahun pada Griya “*Mombykids*” Jombang yang telah memenuhi criteria inklusi dan eksklusi.

Penelitian ini telah dilaksanakan pada Griya “*Mombykids*” Jombang pada Bulan Juli-Agustus tahun 2021, adapun metode pengumpulan datanya menggunakan data Primer yang dikumpulkan langsung dari responden melalui pre test dan post test berdasarkan defenisi operasional variabel dengan langsung melakukan pemijatan pada bayi berdasarkan persetujuan orang tua bayi.

Instrument yang digunakan pada penelitian ini adalah SOP pijat bayi dan timbangan bayi. Data yang diperoleh dari hasil pengumpulan data disajikan dalam

bentuk Tabel distribusi frekuensi. Dalam penelitian ini dilakukan analisis univariat secara deskriptif sederhana berupa persentase. Uji statistik dengan menggunakan *Paired T Test*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penimbangan berat badan responden sebelum dan sesudah dipijat yaitu sebelum dipijat pada kelompok intervensi adalah 9 kg dan mengalami peningkatan berat badan setelah dipijat dengan rata-rata 10 kg adapun rata-rata berat yang terdapat pada kelompok anak sebelum dipijat adalah 9 kg dan setelah dipijat mengalami peningkatan berat badan rata-rata 9,2 kg.

Bersumber pada hasil uji statistik paired T test diperoleh hasil kalau terdapat perbandingan yang signifikan pada kenaikan berat tubuh bayi saat sebelum serta setelah dicoba pemijatan pada kelompok intervensi serta kelompok kontrol. Data menunjukkan bahwa kelompok responden pada golongan eksperimen adalah yang mendapat perlakuan pijat bayi terdapat 25 responden yang mengalami kenaikan berat tubuh (86,6%) yang terdiri dari 13 bayi intervensi dan 12 bayi kontrol. Responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5 orang (6,7%) 2 orang dari kelompok intervensi dan 3 (10%/) dari dari kelompok kontrol.

Secara rinci peningkatan berat badan anak Berdasarkan hasil uji statistik paired t test terdapat hasil  $t = 3,767$  maka  $H_a$  diterima dan  $H_0$  ditolak, hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan balita di Griya "Mombykids".Jombang.

Sejalan dengan Hasil penelitian Palupi dengan judul pengaruh *baby massage* terhadap pertumbuhan berat badan bayi usia 4-12 bulan di Kelurahan Purwokinanti Pakualaman Yogyakarta tahun 2017

didapatkan perbedaan pertumbuhan berat badan bayi yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan perlakuan *baby massage* (Palupi,2018).

Didukung pula dengan hasil penelitian yang dilakukan Harahap (2019) kepada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan pada bayi yang tidak dipijat. Hal ini terjadi karena hormon stres pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat Marmi (2019).

Pemijatan juga meningkatkan mekanisme penyerapan makanan pada syaraf *nervus vagus* kemudian menghasilkan efek peningkatan nafsu makan pada bayi dan berat badan bertahap akan ikut naik (Prasetyo, 2017).

Bersumber pada pengamatan secara kualitatif, dikenal kalau faktor- faktor perancu semacam konsumsi nutrisi yang didapatkan oleh responden riset ini pula berikan pengaruh lumayan bermakna baik pada kalangan eksperimen ataupun pada kelompok kontrol. Hasil Penelitian menunjukkan bahwa responden yang terbagi dalam kelompok eksperimen yakni yang diberikan pijat bayi terdapat 25 responden yang mengalami peningkatan berat badan (83.3%) yang terdiri dari 13 bayi intervensi dan 12 bayi kontrol. Responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan sebanyak 5 orang (6,7%) dari kelompok eksperimen dan kontrol. Dari 15 bayi intervensi yang mengalami peningkatan berat badan diketahui rata-rata bayi tersebut mendapatkan asupan nutrisi berupa makan bergizi dan susu formula dan 2 responden yang tidak mengalami peningkatan berat badan bayi mendapatkan asupan nutrisi dan susu formula dan sebagian mendapatkan

## Hidayatun Nufus : Upaya Peningkatan Berat Badan Balita Melalui Pijat Bayi Di Griya “*Mombykids*” Jombang

makanan bergizi dan tidak minum susu formula.

Semacam yang telah dipaparkan kalau ada sebagian aspek semacam pengetahuan bunda tentang status gizi status kesehatan, psikologi balita, bisa jadi penunjang dalam upaya kenaikan berat tubuh balita dan aspek individu serta perihal kesukaan belum bisa disingkirkan sebagai aspek perancu riset ini. Perihal lain yang jadi pengaruh lumayan besar pada status kesehatan balita merupakan budaya. Tetapi, secara spesial riset ini meyakinkan kalau pemberian pijat balita bisa menolong memaksimalkan perkembangan balita dengan kenaikan berat tubuh balita.

Perihal ini di perkuat dengan riset ada kenaikan metabolisme pada saluran pencernaan serta meningkatkan psikologi anak, dan temperatur badan hendak lebih normal serta bisa melancarkan hormon gastrin serta insulin berarti dalam penyerapan santapan dengan begitu berat tubuh balita naik lebih gampang naik( Teni, 2018).

Kegiatan pemijatan hendak meningkakan kegiatan neurotransmitter serotin, ialah tingkatan kapasitas sel reseptor yang berperan tingkatan glucocorticoid buat hormon kurangi tekanan pikiran.. Hal lain yang menjadi pengaruh cukup besar pada status kesehatan bayi adalah budaya . Namun, secara khusus penelitian ini membuktikan bahwa pemberian pijat bayi dapat membantu mengoptimalkan pertumbuhan bayi dengan peningkatan berat badan bayi.

Hal ini di perkuat dengan penelitian terdapat peningkatan metabolisme pada saluran pencernaan dan mengembangkan psikologi anak, serta suhu tubuh akan lebih stabil dan dapat melancarkan hormon gastrin dan insulin penting dalam

penyerapan makanan dengan begitu berat badan bayi naik lebih mudah naik(Teni, 2018).

Regulasi ini hendak menimbulkan terbentuknya penyusutan kandungan hormon adrenalin( hormon tekanan pikiran) bersamaan hadapi penyusutan kandungan hormone stress hendak tingkatan energi tahan badan, paling utama IgM serta IgG. Pijat balita hendak membuat balita tidur lebih lelap serta tingkatan kesiagaan( alertness) ataupun konsentrasi. Perihal ini disebabkan pijatan yang baik bisa mengganti gelombang otak. Pengubahan ini terjalin dengan metode merendahkan gelombang alpha serta tingkatan gelombang beta serta tetha serta bisa ditunjukkan dengan pemakaian EEG( electro encephalogram)( Prasetyo, 2017).

Hal ini dibuktikan juga pada penelitian Asmawati 2020 yang menyebutkan bahwa hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa, rata-rata berat badan bayi usia 3 bulan-1 tahun setelah diberikan perlakuan pijat bayi setiap harinya rata-rata mengalami kenaikan berat badannya. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian pijat bayi adalah suatu bentuk alternatif terbaik dan murah dalam upaya menaikkan berat badan bayi secara lebih optimal.

Bayi yang dipijat mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari kandungan dalam makanan menjadi lebih baik. Efeknya, bayi mengalami lebih cepat lapar sehingga banyak menyusu kemudian meningkatkan produksi ASI. Pemijatan pula tingkatan mekanisme penyerapan santapan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan balita pula hendak bertambah yang bisa secara langsung tingkatan berat tubuh balita( Syaukani, 2018).

Menurut Rini Sekartin, dokter spesialis anak dari Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, pijatan pada responden mampu merangsang motorik, membantu proses relaksasi, mengurangi gelisah dan keluhan (Teni, 2018).

### SIMPULAN

1. Terdapat kenaikan berat tubuh anak sesudah dicoba pemijatan di Griya“ Mombykids” Jombang tahun 2021.
2. Berat badan anak yang dilakukan pijat meningkat di Griya “Mombykids” Jombang tahun 2021.
3. Terdapat pengaruh pijat bayi pada peningkatan berat badan balita di Griya “Mombykids” Jombang tahun 2021.

### SARAN

1. Hasil riset ini bisa dijadikan selaku sumber riset selanjutnya paling utama mengenai pengaruh pijat balita terhadap kenaikan berat tubuh anak umur 1- 3 tahun
2. Bidan sebagai petugas kesehatan perlu memberikan konseling pada ibu menjadi faktor pendukung yang penting dalam penyampaian teknik pijat bayi yang benar.
3. Penelitian ini dapat dijadikan sebagai salah satu sumber di perpustakaan ITSKes ICMe Jombang khususnya mengenai pijat pijat bayi.
4. Riset ini diharapkan bisa dijadikan sumber informasi ataupun data untuk riset selanjutnya yang berhubungan dengan pengaruh pijat balita terhadap kenaikan berat balita.

### UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih kami ucapkan kepada ITSKes Insan Cendekia Medika Jombang yang telah memberikan dukungan atas penelitian ini.

ISSN 2502-1524

### DAFTAR PUSTAKA

- Ansori, M., & Iswati, S. (2020). Metode Penelitian Kuantitatif Edisi 2. In *Airlangga University Press*.
- Daniar Pramita,R.W., Rizal, N., & Sulistyan, R.B. (2021). Metode Penelitian Kuantitatif. In *Widya Gama Press*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur., 2019. Profil Kesehatan Jawa Timur
- Fauziah, A., & Wijayanti, H. N. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Kualitas Tidur Bayi Di Puskesmas Jetis Yogyakarta. *Placentum: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 6(2). <https://doi.org/10.20961/placentum.v6i2.22834>
- Harahap, N. R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2).<https://doi.org/10.32807/jkp.v13i2.226>
- Hardani, D. (2020). Metode Penelitian. In *Journal of Chemical Information and Modeling* (Vol. 53, Issue 9).
- Himawati L, Zahro ,A (2018) Hubungan Pijat Bayi Dengan Kenaikan Berat Badan Bayi Di Bps Adya Mysha Banjarbaru, Vol 3 No.1
- Katili, D. N. O., Dasuki, D., & Mawarti, R. (2018). Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Bayi Berat Lahir Rendah Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Public Health*.
- Marni, M. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan

Hidayatun Nufus : Upaya Peningkatan Berat Badan Balita Melalui Pijat Bayi Di Griya  
“*Mombykids*” Jombang

Pada Bayi. Jurnal Kebidanan  
Indonesia,10(1).<https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i1.240>

Meirejeki, I. N., & Astawa, I. K. (2021).  
Metode Penelitian Metode Penelitian.  
In Metode Penelitian (Issue 17).

Ramdhan, M. R. M. (2021). Metode  
Penelitian. Metode Penelitian  
Kualitatif.

Riyanto, S., & Hatmawan, A. A. (2020).  
Metode Riset Penelitian Kuantitatif  
Penelitian Di Bidang Manajemen,  
Teknik . In Deepublish.

Teni Nurlatifah HR, M. (2018). Efektivitas  
Pijat Bayi Terhadap Peningkatan  
Berat Badan. Jurnal Bidan “Midwife  
Journal,” 4(02).

Prasetyo, D. S. (2017). Buku Pintar Pijat  
Bayi. In Buku Biru.

Palupi E, Pratiwi YE. Perbandingan  
Pertumbuhan Perkembangan Bayi  
Usia 4-12 Bulan antara yang  
Dilakukan Baby Massage dan Baby  
Spa di Kelurahan Purwokinanti,  
Pakualaman Yogyakarta Tahun 2017.  
Jurnal Kesehatan.2018;6(1):