

ABSTRAK

Pengaruh Pemberian Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 0-12 Bulan : *Literature Review*

Salmiati¹,Aries Abiyoga²

Email : salmiatiridwan@gmail.com

Latar Belakang : Anak adalah individu yang berusia 0-18 tahun secara bertahap anak akan mengalami tumbuh kembang yang dimulai dari bayi sampai remaja. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi anak sering mengalami sakit antara lain yaitu faktor gizi dan infeksi yang berpengaruh besar terhadap pertumbuhan anak. **Tujuan :** Penulisan Karya Ilmiah Akhir-Ners (KIA-N) dalam bentuk literature review ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada pengaruh Pemberian Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. **Metode :** Desain Penelitian yang digunakan adalah studi literatur. **Hasil :** Dari 6 jurnal yang dipaparkan di dapatkan bahwa setelah pemberian terapi pijat bayi dapat mengalami peningkatan berat badan. **Kesimpulan :** Dari analisis 6 jurnal terkait dapat disimpulkan bahwa pemberian terapi pijat efektif untuk meningkatkan berat badan pada bayi 0-12 bulan. **Saran:** Hasil Kajian Literatur ini dapat dijadikan sebagai referensi dasar dan untuk meningkatkan kompetensi dalam bidang Keperawatan.

Kata Kunci : *Massage Therapy, Baby, Body Weight*

^{1,2}Program studi ilmu keperawatan, ITKES Wiyata Husada Samarinda.



ABSTRACT
The Effect of Massage Therapy on Weight Gain in Infants aged 0-12 Months: Literature Review
Salmiati¹,Aries Abiyoga²
Email : salmiatiridwan@gmail.com

Background: Children are individuals aged 0-18 years, gradually the child will experience growth and development starting from infancy to adolescence. There are several factors that affect children often experiencing illness, including nutritional factors and infections that have a major influence on children's growth. **Purpose:** Writing a Final-Ners Scientific Paper (KIA-N) in the form of a literature review aims to determine whether there is an effect of massage therapy on weight gain in infants aged 0-12 months. Methods: The research design used was literature study. **Results:** From the 6 journals that were presented, it was found that after giving massage therapy, babies could experience an increase in body weight. **Conclusion:** From the analysis of 6 related journals, it can be concluded that the provision of massage therapy is effective for increasing body weight in infants 0-12 months. Suggestion: The results of this literature review can be used as a basic reference and to increase the competence in the field of nursing.

Keywords: *Massage Therapy, Baby, Body Weight*

^{1,2}Nursing study program, ITKES Wiyata Husada Samarinda.

PENDAHULUAN

Anak adalah individu yang berusia 0-18 tahun secara bertahap anak akan mengalami tumbuh kembang yang dimulai dari bayi sampai remaja (Hartini, 2015). Ada beberapa faktor yang mempengaruhi anak sering mengalami sakit antara lain yaitu faktor gizi dan infeksi yang berpengaruh besar terhadap pertumbuhan anak. Derajat kesehatan anak mencerminkan derajat kesehatan bangsa, berdasarkan alasan tersebut maka masalah kesehatan anak diprioritaskan dalam perencanaan atau penataan pembangunan bangsa (Hidayanti, 2009). Anak merupakan suatu kelompok yang mudah sekali terserang penyakit karena mereka masih memiliki daya tahan tubuh yang rendah sehingga rentan sekali terinfeksi oleh virus. Selama proses pertumbuhan dan perkembangan anak sering mengalami berbagai penyakit seperti flu, tuberkulosis, malaria, demam berdarah, diare dan penyakit infeksi lain yang biasanya mewabah pada musim peralihan sehingga akan mempengaruhi kondisi kesehatan anak (Damayanti, 2008).

Risikedas 2018 menunjukkan stunting (tinggi badan menurut umur di bawah standar) pada anak adalah bentuk yang paling umum dari kekurangan gizi di Indonesia yang mempengaruhi 30,8% balita. Walaupun ada beberapa indikasi perbaikan, namun angka stunting tetap tinggi di wilayah paling timur dan paling barat Indonesia dengan angka terendah 17,7% di DKI Jakarta dan angka tertinggi 42,6% di Nusa Tenggara Timur. Wasting (berat badan menurut tinggi badan di bawah standar) juga merupakan tantangan gizi utama yang mempengaruhi 10,2% anak balita. Anak-anak wasting memiliki risiko kematian 11,6 kali lebih besar daripada anak-anak yang bergizi baik dan mereka yang bertahan hidup dapat terus mengalami masalah perkembangan sepanjang hidup

mereka. Underweight (berat badan menurut usia di bawah standar), yang mencerminkan baik stunting maupun wasting, mempengaruhi 17,7% anak balita. Berat Badan Lahir Rendah/BBLR (<2.500 gram), yang menjadi indikasi kekurangan gizi ibu, mempengaruhi 6,2% bayi, sementara 48,9% wanita hamil mengalami anemia. Meskipun terdapat perbaikan dalam Pemberian Makan pada Bayi dan Anak (PMBA) dengan tingkat pemberian ASI eksklusif sebesar 52%, sebagian besar bayi masih diberi susu menggunakan botol serta praktik pemberian makanan pendamping yang tidak memadai (Kementerian PPN/Bappenas, 2019).

Berdasarkan 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 limfe (getah bening) dan penguatan sistem tubuh lainnya, dimaksudkan untuk kesehatan dan kebugaran (Mentri kesehatan, 2014) dalam (Harahap, 2019).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Yuyuk Eva Fitriyanti, 2019) bahwa bayi yang dipijat lebih banyak mengalami peningkatan berat badan yaitu 24,07%, sedangkan bayi tidak dipijat mengalami peningkatan berat badan sebanyak 18,28%. Hasil uji statistik menunjukkan pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan. Hal ini dibuktikan dari nilai p value: 0,03 ($p.value \leq 0,05$). Artinya terdapat pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan pada bayi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (ardani, Norhapifah, & Utami, 2019) hasil yang di peroleh didapatkan hasil p value = 0,000 ($p < 0,005$), dimana berat badan bayi rata-rata sebelum pijat 7510 gram dan sesudah di pijat 8310

gram. Kesimpulan yang di dapat bahwa bayi yang memiliki berat badan yang kurang dapat diberikan intervensi pendamping dengan memberikan stimulasi berupa pemijatan untuk merangsang proses pertumbuhannya, sebab dari hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh dari terapi pijat bayi yang dilakukan seminggu 2 kali selama 4 minggu.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk menyusun karya tulis akhir ners tentang "Pengaruh Pemberian Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 0-12 Bulan: *Literatur Riview*"

BAHAN DAN METODE

Desain penelitian yang digunakan adalah tinjauan literatur, secara sistematis terkait topik yang diangkat yaitu Pengaruh Pemberian Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 0-12 Bulan: *Literatur Review*. Output dari tinjauan pustaka ini adalah terkoleksinya referensi yang relevan dengan perumusan masalah. Tujuannya adalah untuk mengetahui keefektifan teori-teori intervensi memberikan terapi pijat dalam meningkatkan berat badan pada bayi usia 0-12 bulan. Protokol dan evaluasi tinjauan pustaka akan menggunakan daftar periksa PRISMA untuk menentukan penyeleksian studi yang telah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari tinjauan pustaka yang telah ditemukan dan disesuaikan dengan tujuan dari tinjauan pustaka.

HASIL PENELITIAN

Dari 6 jurnal yang ditelaah sub pembahasan berdasarkan *literature review* yaitu factor yang berkaitan dengan terapapi pijat dan peningkatan berat badan pada bayi. Factor yang berkontribusi dalam studi terapi pijat dan peningkatan berat badan bayi yaitu *quasi-eksperimental* dan *cross-sectional*. Jumlah rata-rata peserta lebih dari 10

responden. Secara keseluruhan, penelitian membahas pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan pada bayi. Dari 6 jurnal faktor yang mempengaruhi berat badan bayi adalah usia, pengalaman ibu terhadap kesehatan bayi, ekonomi, dan system pendukung. Penelitian (Elya, Ridwan, & Anggraeni, 2018) Salah satu masalah yang sering dijumpai pada ibu menyusui ialah mereka merasa berat badan anaknya tidak naik-naik atau begitu-begitu saja. Masalah ini bisa muncul kapan saja selama periode pemberian ASI. Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Elya et al., 2018) terhadap 25 bayi usia 0-3 bulan menunjukkan peningkatan berat badan bayi setelah diberikan pemijatan 30 hari. Rerata berat badan bayi sebelum diberikan perlakuan adalah sebesar 4,484 kg dan setelah diberikan perlakuan terjadi peningkatan dengan rerata berat badan bayi menjadi 5,400 kg atau terjadi peningkatan rerata berat badan bayi 0,916 kg setelah diberikan pijat.

PEMBAHASAN

Penelitian (Elya et al., 2018) Salah satu masalah yang sering dijumpai pada ibu menyusui ialah mereka merasa berat badan anaknya tidak naik-naik atau begitu-begitu saja. Masalah ini bisa muncul kapan saja selama periode pemberian ASI. Menurut penelitian (Harahap, 2019) Salah satu penyebab permasalahan berat badan adalah nafsu makan anak yang turun. Penimbangan sangat penting untuk pertumbuhan, untuk dipantau secara intensif sehingga bila berat badan anak tidaknaik atau jika **ditemukan** penyakit akan dapat dilakukan upaya pemulihan dan pencegahan seperti pada gizi kurang atau gizi buruk.

Salah satu faktor dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi adalah dengan memberikan stimulasi. Pijat bayi memiliki banyak sekali manfaat salah satunya adalah meningkatkan berat

badan bayi, hal itu dikarenakan pada bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, dengan demikian penyerapan makanan akan menjadi lebih baik itulah sebabnya mengapa berat badan bayi yang dipijat akan meningkat lebih banyak dari pada yang tidak di pijat (Elya et al., 2018).

Dalam penelitian (Harahap, 2019) Uji efektifitas dengan menggunakan paired sample test yang digunakan untuk mengetahui perbedaan rata-rata peningkatan berat badan sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol terjadi peningkatan sebanyak 750 gram. Mean pada kelompok dilakukan pijat bayi pretest sebanyak 6139 gram dan posttest sebanyak 6709 gram, secara statistik bermakna yaitu peningkatan berat badan $p = 0,000$ ($p < 0,05$).

Begitupun halnya dengan penelitian (Elya et al., 2018) Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 25 bayi usia 0 – 3 bulan menunjukkan bahwa ada perbedaan yang bermakna peningkatan rerata berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan (p value 0,000). Rerata berat badan bayi sebelum diberikan perlakuan adalah sebesar 4,484 gram setelah diberikan perlakuan mengalami peningkatan, yaitu sebesar 5,400 gram, atau rerata berat badan bayi mengalami peningkatan sebesar 0,916 gram. Pengamatan terhadap perubahan terhadap peningkatan berat badan 20 bayi prematur setelah dapat pijatan secara teratur. Bayi mengalami kenaikan berat badan 20-47% perhari setelah dipijat 3 kali 15 menit selama 10 hari. Pada bayi usia 1-3 bulan yang dipijat 15 menit, dua kali seminggu selama enam minggu mengalami kenaikan berat badan lebih tinggi dari kelompok bayi yang tidak dipijat.

KESIMPULAN

Dari 6 penelitian yang dipaparkan bahwa bayi yang mengalami berat badan yang kurang atau bayi yang kurang nafsu makan dapat dilakukan terapi pijat (pemijatan). Simpulan penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi efektif untuk meningkatkan berat badan bayi. Terdapat kenaikan berat badan bayi setelah diberikan pemijatan. Bidan puskesmas bekerjasama dengan kader kesehatan dapat mensosialisasikan dan melakukan pelatihan pijat bayi secara terus menerus pada ibu-ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan, agar pertumbuhan bayi dapat secara optimal. Mengingat peran penting orang tua dalam tumbuh kembang anak, maka hendaknya meningkatkan pengetahuan dalam memfasilitasi kebutuhan anak, salah satunya dengan memahami stimulasi yang dapat diberikan kepada anaknya. Karenanya, pijat bayi yang dilakukan oleh orang tua dapat merangsang perkembangan anak sesuai usianya. Selain itu informasi dapat dipahami dan dapat mempengaruhi perubahan perilaku di masyarakat khususnya bagi ibu-ibu dengan menggunakan penyuluhan sebagai salah satu cara penyampaian informasi.

SARAN

1. Hasil kajian literature ini agar dapat dijadikan sebagai referensi dasar dan di harapkan dapat dijadikan Sebagai sumber informasi bagi pelayanan kesehatan.
2. Hasil dri literatur ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi peningkatan pengetahuan maupun wawasan peserta didik keperawatan dan diharapkan menjadi salah satu intervensi keperawatan yang efektif untuk meningkatkan berat badan bayi
3. Hasil kajian literatur ini dapat menjadi data dasar untuk meneliti selanjutnya tentang pengaruh pemberian terapi pijat terhadap peningkatan berat badan pada bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Elya, D., Ridwan, M., & Anggraeni, Y. (2018). Efektifitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi Usia 0 – 3 Bulan. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 11(1), 15. <https://doi.org/10.26630/jkm.v11i1.1763>
- Harahap, N. R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), 99. <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i2.226>
- Idayanti, T., & Widiyawati, R. (2020). Effectiveness Of Baby Massage On The Increase Of Baby Weight Aged 6 - 12 Months In Gayaman Village, Mojoanyar District, Mojokerto Regency. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 9(2), 708–715. <https://doi.org/10.30994/sjik.v9i2.359>
- Irva, T.S., Oswati, Rismadefi, H., Woferst. (2014). *Pengaruh Terapi Pijat terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi 2014*. JOM PSIK. 1(2). 1-9.
- Kementerian PPN/Bappenas. (2019). *Kajian Sektor Kesehatan Pembangunan Gizi di Indonesia*. Kementerian PPN/Bappenas.
- Majestika, S. (2018). *Status Gizi Anak dan Faktor yang Mempengaruhi*. Yogyakarta: UNY Press.
- Menteri Kesehatan RI. (2002). *KEPMENKES_920_2002.pdf*.
- Paramashanti, B. A. (2019). *Gizi Bagi Ibu & Anak*. (D. Rachmawati, Ed.). Yogyakarta: PT. PUSTAKA BARU.
- Sadiman, S., & Islamiyati, I. (2019). The Effectiveness of Baby Massage Against Increased Weight, Long sleep Time and Smooth Bowel Movements. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 12(2), 9–16.
- Salim, R., & Safitri, S. (2018). Pengasuhan Anak Usia 0-12 Bulan. Retrieved from https://sahabat.keluarga.kemdikbud.go.id/laman/uploads/Dokumen/6202_2018-09-15/BUKU_2_1000_HPK-REV_JULI.pdf
- Sinulingga, P., & A, D. A. (2019). Implikasi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 6-8 Bulan. *Jurnal Keperawatan Dan Fisioterapi (Jkf)*, 1(2), 1–6. <https://doi.org/10.35451/jkf.v1i2.136>
- Soetjiningsih. (2014). *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Sulistiyawati, A. (2014). *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Selemba Medika.
- Riski Cintya Dewi, Anisa Oktiawati, L. D. S. (2015). *Teori & Konsep Tumbuh Kembang Bayi, Toddler, Anak, dan Usia Remaja*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Roesli, Utami. (2013). *Pedoman Pijat Bayi*, cetakan kesepuluh Edisi Revisi. Jakarta : PT. Trubus Agriwidya.
- Wardani, D. A., Norhapifah, H., & Utami, J. S. (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan. *Jurnal Medika Karya Ilmiah Kesehatan*, 4(2). Retrieved from <http://jurnal.stikeswhs.ac.id/index.php/medika/article/view/95>