

**HUBUNGAN PEMBERIAN MASSAGE TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN
PADA BAYI USIA 3-6 BULAN DI KELURAHAN TONJA DENPASAR UTARA TAHUN 2019**

**I Gusti Agung Avinda Sri Laksmi Dewi¹, Ni Luh Nopi Andayani², Putu Ayu Sita Saraswati³,
Made Hendra Satria Nugraha⁴**

¹Program Studi Sarjana Fisioterapi dan Profesi Fisioterapi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Denpasar, Bali

^{2,3,4}Departemen Fisioterapi, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, Denpasar, Bali

avindadewi3@gmail.com

ABSTRAK

Berat badan merupakan indikator dan ukuran antropometrik terpenting dalam memenuhi nutrisi yang digunakan saat pemeriksaan kesehatan bayi pada semua kelompok usia. Bertambahnya berat badan dan tinggi badan bayi dapat dikatakan sehat. Peningkatan berat badan pada bayi dapat dilakukan dengan memberikan stimulus berupa *massage*. *Massage* pada bayi dilakukan dengan memberikan sentuhan dan usapan halus pada kulit bayi dengan beberapa gerakan dan sentuhan lembut yang dapat membuat bayi merasa tenang. *Massage* dapat dilakukan oleh orang tua bayi sendiri. *Massage* bertujuan untuk memperlancar peredaran darah dan mampu meningkatkan metabolisme sel. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dari pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Tonja Denpasar Utara yang dilakukan pada bulan Mei-Juni 2019. Penelitian ini merupakan penelitian observasi analitik dengan metode pendekatan *cross sectional* dengan teknik pengambilan sampel *consecutive sampling* dengan jumlah sampel 56 bayi yang dimana terdiri atas dua kelompok. Pengumpulan data dilakukan dengan mengukur berat badan bayi *pre* dan *post* pemberian *massage* pada kelompok perlakuan dan tanpa perlakuan dengan menggunakan Kartu Menuju Sehat (KMS) sebagai tolak ukur dari peningkatan berat badan bayi. Uji analisis data yang digunakan adalah uji statistik *Chi Square* yang berfungsi untuk mengetahui hubungan antara variabel independen yaitu *massage* dengan variabel dependen yaitu berat badan bayi, diperoleh hasil nilai $p = 0,000$ yang artinya bahwa nilai $p < 0,005$ maka penelitian ini bermakna secara statistik. Berdasarkan hasil penelitian dan uji statistik diatas, maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Tonja Denpasar Utara pada Tahun 2019.

Kata kunci: *massage*, berat badan bayi, stimulasi, nutrisi

**RELATIONSHIP OF GIVING MASSAGE TO WEIGHT GAIN IN BABIES AGE 3-6 MONTHS
IN TONJA DENPASAR UTARA 2019**

ABSTRACT

Weight is the most crucial indicator and anthropometric measure in fulfilling the nutrients used during infant health checks in all age group. Increased of the baby's weight and height can be said to be healthy. The weight gain in infants can be done by providing a massage stimulus. Massage for infants is done by giving a touch and a smooth rub on the baby's skin with a few movements and gentle touches that can make the baby feel calm. Massage can be done by the baby's parents. Massage aims to accelerate blood circulation and be able to increase cell metabolism. This study aims to find the relationship of giving massage to weight gain in babies age 3-6 months in Tonja, Denpasar Utara. This research is analytic observational research with a cross-sectional approach with a consecutive sampling technique with a sample of 56 babies which consists of two groups. Data collection is done by measuring the pre and post weight of the baby in the treatment group and without treatment using a Kartu Menuju Sehat (KMS) as a benchmark for increasing the baby's weight. The data analysis test used the Chi-Square statistical test which functions to find out the relationship between the independent variable, massage and the dependent variable, baby's weight, the results obtained $p = 0,000$, which means the p value $< 0,005$. Based on the results of the research and statistical test above, it can be concluded that there is a significant relationship between giving massage to weight gain in babies age 3-6 months in Tonja, Denpasar Utara.

Keyword: massage, baby weight, stimulation, nutrients

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan *gold period* atau masa keemasan. Masa bayi berlangsung dari 0-12 bulan yang berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali, sehingga masa bayi merupakan saat terpenting dalam pertumbuhan dan perkembangan pada manusia. Masa bayi juga disebut sebagai masa kritis karena bayi sangat peka terhadap lingkungan sekitarnya, bayi membutuhkan asupan nutrisi yang cukup dan dibutuhkannya stimulasi yang mampu mendukung proses pertumbuhan dan perkembangannya.

Bayi adalah individu yang lemah dan memerlukan proses adaptasi, sehingga apabila bayi tidak mengalami proses adaptasi maka bayi akan mengalami kesulitan yang akan berpengaruh pada perkembangan bayi, tingkah laku yang tidak teratur, bahkan dapat menyebabkan kematian pada bayi sebagai dampak yang paling fatal. Bayi memerlukan

sensasi dari sentuhan pada awal kehidupannya untuk beradaptasi dengan lingkungannya. Pemberian rangsangan berupa sentuhan pada bayi akan berpengaruh pada perkembangan psikososial yang positif.^[1]

Kriteria tingkat kesehatan atau gizi diukur berdasarkan berat badan untuk mengetahui normal atau tidaknya pertumbuhan pada bayi. Berat badan merupakan salah satu indikator dan ukuran antropometrik terpenting dalam menilai pemenuhan nutrisi pada bayi yang dipakai pada setiap kesempatan memeriksakan kesehatan bayi. Kesehatan bayi dinilai dari bertambahnya tinggi dan berat badan pada bayi tersebut. Kurangnya berat badan menandakan sebuah masalah pada bayi yang dimana adalah gizi buruk.^[2]

Kejadian gizi buruk pada bayi dan balita di Indonesia tahun 2012 dengan persentase sebanyak 19,6%. Gizi buruk tersebut turut menyumbangkan angka kematian sebesar 6,6 juta jiwa sedangkan sisanya disebabkan oleh penyakit diare, infeksi saluran pernafasan akut (ISPA) dan campak. Gizi buruk juga dapat disebabkan oleh rendahnya perekonomian keluarga, kurangnya asupan nutrisi, dan kurangnya stimulus atau sentuhan yang diberikan kepada bayi. Indonesia memiliki angka kematian bayi di tahun 2012 sebesar 32 dari 1000 kelahiran hidup serta angka kematian balita sebesar 44 dari 1000 kelahiran hidup.^[3]

Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi pertumbuhan bayi antara lain: faktor herediter (jenis kelamin, ras, suku, bangsa) dan faktor lingkungan (nutrisi, infeksi, sosial, ekonomi, *hormone*, pendidikan orang tua dan pemberian stimulasi/rangsangan). Selain itu, pertumbuhan dan perkembangan bayi juga dipengaruhi oleh faktor gizi buruk yang menyebabkan terjadinya penurunan berat badan pada bayi.^[2]

Salah satu bentuk stimulasi yang dapat diberikan untuk meningkatkan berat badan dan mencegah gizi buruk pada bayi adalah dengan memberikan *massage*. *Massage* bayi merupakan terapi sentuh tertua dan sudah dikenal lama oleh masyarakat. *Massage* bayi diberikan dengan melakukan rangsangan berupa sentuhan atau pijatan pada kulit bayi yang dimana pemberian *massage* mampu meningkatkan daya serap nutrisi ke tubuh bayi sehingga mampu menenangkan sistem saraf dan dapat mengurangi alergi. *Massage* pada bayi juga mampu melancarkan aliran darah, melancarkan metabolisme, dan akan meningkatkan berat badan serta menjadikan tidur bayi lebih nyenyak.^[4]

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Triana, K Y., Sukarja, M., Utami, K., 2012.) menyatakan bahwa terdapat perbedaan antara perubahan berat badan bayi sebelum diberikan *massage* dan sesudah diberikan *massage*. Pemberian *massage* dapat membantu dalam meningkatkan berat badan bayi secara signifikan dibandingkan tidak mendapatkan *massage*.^[2] Temuan serupa juga didapatkan pada penelitian yang dilakukan oleh (Umami Kalsum, 2014) yang menyatakan bahwa pemijatan yang dilaksanakan secara teratur pada bayi digunakan pemijatan pada kaki, perut, dada, tangan, punggung, dan gerakan peregangan dapat meningkatkan berat badan bayi.^[5]

Meningkatkan nafsu makan bayi sehingga berat badan bayi bertambah dan mencegah bayi mengalami kekurangan gizi dengan melakukan pemberian stimulasi berupa *massage* merupakan bentuk penanganan secara non-farmakologis. Maka perlu dilakukan penelitian mengenai "Hubungan Pemberian *Massage* Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Usia 3-6 Bulan".

METODE

Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasi analitik dengan metode pendekatan *cross sectional* yang telah dilakukan pada bulan Mei-Juni 2019 di Bidan Praktek Mandiri Ni Made Sinar Sari Kelurahan Tonja Denpasar Utara sesuai dengan surat kelaikan etik nomor: 1333/UN14.2.2.VII.14/LP/2019 yang telah disetujui oleh Komisi Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Udayana tertanggal 07 Mei 2019. Teknik yang digunakan untuk penentuan sampel adalah *consecutive sampling*. Total sampel dalam penelitian ini adalah 56 bayi. Sampel didapat melalui kriteria inklusi yaitu bayi yang lahir cukup bulan dengan masa gestasi 37-42 minggu (259-293 hari), bayi dengan usia 3-6 bulan, bayi yang rutin diberikan *massage* dengan minimal 5 kali pemberian *massage*, dan bersedia mengisi *informed consent* yang disetujui oleh orang tua bayi sebagai wali, serta kriteria eksklusi yaitu bayi dengan keadaan sakit seperti demam yang diketahui melalui *assessment* fisioterapi berupa pengukuran suhu tubuh, bayi dengan kelainan bawaan sejak lahir, bayi dengan kelahiran *premature* dan *postmature*, dan bayi yang sudah tidak mengkonsumsi ASI eksklusif pada usia 3-6 bulan.

Variabel independen dalam penelitian ini adalah *massage* bayi serta berat badan bayi sebagai variabel dependen, sedangkan variabel kontrol dalam penelitian ini yaitu bayi dengan usia 3-6 bulan atau bayi yang lahir cukup bulan dengan masa gestasi 37-42 minggu (259-293 hari). Selain itu, nutrisi pada bayi juga termasuk ke dalam variabel kontrol. Dimana semua responden mendapatkan asupan nutrisi yang tepat sesuai usianya yaitu ASI eksklusif. Pertama, responden akan diminta persetujuan untuk mengikuti penelitian ini dengan mengisi *informed consent*, kedua responden akan di anamnesis menggunakan formulir *assessment* fisioterapi dan dilakukan observasi sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Ketiga, responden akan mengikuti rangkaian penelitian untuk didapatkannya berat badan *pre* dan *post*. Aplikasi statistika berupa SPSS versi 16.0 digunakan untuk analisis dan olah data. Hasil data yang diperoleh akan diuji analisis menggunakan uji statistik deskriptif, uji analisis bivariat dengan *Pearson Chi-Square* untuk melihat adanya hubungan pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Tonja, Denpasar Utara.

HASIL

Sampel dalam penelitian ini merupakan bayi di Bidan Praktek Mandiri Ni Made Sinar Sari Kelurahan Tonja Denpasar Utara. Pada rentang usia 3-6 bulan, pengambilan sampel dengan menggunakan metode *consecutive sampling* yang sudah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Sesuai dengan rumus yang digunakan maka jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 56 bayi yang terdiri dari dua kelompok yaitu kelompok dengan perlakuan *massage* dan kelompok tanpa perlakuan *massage* masing-masing sebanyak 28 bayi. Berikut adalah tabel analisis data penelitian.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia dan Jenis Kelamin

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
3 Bulan	15	26,78
4 Bulan	8	14,29
5 Bulan	18	32,15
6 Bulan	15	26,78
Total	56	100
Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perempuan	30	53,6
Laki-Laki	26	46,4
Total	56	100

Tabel 1 menunjukkan bahwa rentang usia responden yang didapat adalah dari usia 3 bulan sampai usia 6 bulan dengan jumlah responden terbanyak adalah pada rentang usia 5 bulan yakni sebanyak 18 bayi (32,15%). Sementara untuk jenis kelamin responden terdiri dari 30 bayi perempuan (53,6%) dan 26 bayi laki-laki (46,4%).

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Perlakuan *Massage*

Perlakuan <i>Massage</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ya	28	50
Tidak	28	50
Total	56	100

Tabel 2 menunjukkan diketahui bahwa dari 56 responden, terdapat responden pada kelompok yang diberikan perlakuan *massage* sebanyak 28 bayi (50%) dan pada kelompok yang tidak diberikan perlakuan *massage* yakni sebesar 28 bayi (50%).

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Jenis Kelamin Berdasarkan Kelompok Perlakuan *Massage* dan Tanpa Perlakuan *Massage*

Kelompok dengan perlakuan <i>massage</i>		
Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perempuan	15	53,6 %
Laki-Laki	13	46,4 %
Total	28	100%
Kelompok tanpa perlakuan <i>massage</i>		
Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Perempuan	15	53,6 %
Laki-Laki	13	46,4 %
Total	28	100%

Tabel 3. menunjukkan diketahui bahwa pada kelompok dengan perlakuan *massage* terdiri dari 15 bayi perempuan (53,6%) dan 13 bayi laki-laki (46,4%). Sementara itu, pada kelompok tanpa perlakuan *massage* terdiri dari jumlah yang sama dengan kelompok perlakuan *massage*, yakni 15 bayi perempuan (53,6%) dan 13 bayi laki-laki (46,4%).

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Berat Badan Berdasarkan Usia pada Kelompok dengan Perlakuan *Massage* dan Tanpa Perlakuan *Massage*

Kelompok dengan perlakuan <i>massage</i>		
Usia	Frekuensi (n)	Berat Badan Tertinggi
3 Bulan	1	6800 gr
4 Bulan	1	7800 gr
5 Bulan	1	8800 gr
6 Bulan	1	8500 gr
Total	4	
Kelompok tanpa perlakuan <i>massage</i>		
Usia	Frekuensi (n)	Berat Badan Tertinggi
3 Bulan	1	6100 gr
4 Bulan	1	7200 gr
5 Bulan	1	8000 gr
6 Bulan	1	7700 gr
Total	4	

Tabel 4 menunjukkan diketahui bahwa kelompok yang mendapatkan perlakuan *massage* sesuai dengan rentang usianya, pada usia 3 bulan berat badan tertinggi adalah 6800 gram, pada usia 4 bulan adalah 7800 gram, pada usia 5 bulan adalah 8800 gram, dan pada usia 6 bulan adalah 8500 gram dengan rata-rata mengalami kenaikan diatas 500 gram dalam satu bulan. Sedangkan pada kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan *massage*, sesuai

dengan rentang usianya, pada usia 3 bulan berat badan tertinggi adalah 6100 gram, pada usia 4 bulan adalah 7200 gram, pada usia 5 bulan adalah 8000 gram, dan pada usia 6 bulan adalah 7700 gram. Kenaikan berat badan pada kelompok yang tidak diberikan *massage*, berkisar antara 300 gram hingga kurang dari 500 gram, sehingga tidak terjadi peningkatan berat badan yang berarti.

Tabel 5. Kategori Pertumbuhan Kenaikan Berat Badan Bayi melalui Perlakuan *Massage* dan Tanpa Perlakuan *Massage*

Perlakuan	Kenaikan Berat Badan Bayi dalam 1 Bulan		Total
	>500 gr	<500 gr	
Massage	28	0	28
Tidak Massage	5	23	28
Total	33	23	56

Tabel 5 menunjukkan bahwa kategori data kenaikan berat badan bayi dibagi menjadi dua, yakni kategori kenaikan berat badan diatas rata-rata dan kenaikan berat badan bayi dibawah rata-rata. Kedua kategori tersebut dibedakan menurut bayi yang diberikan perlakuan *massage* dan tidak diberikan perlakuan *massage*. Tabel 5 juga menunjukkan data bahwa gambaran kenaikan berat badan bayi yang diberikan perlakuan *massage* serta memiliki kategori kenaikan pertumbuhan berat badan bayi diatas rata-rata terdapat sejumlah 33 bayi. Sementara jumlah bayi yang tidak diberikan perlakuan *massage* serta memiliki kategori kenaikan pertumbuhan berat badan bayi dibawah rata-rata terdapat sebanyak 23 bayi. Hal ini semakin menegaskan bahwa bayi yang tidak diberikan perlakuan *massage* cenderung akan dominan memiliki kategori kenaikan pertumbuhan berat badan bayi dibawah rata-rata.

Tabel 6. Hasil Analisis Data Chi Square Hubungan Pemberian *Massage* terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Dalam Satu Bulan

Perlakuan	Kenaikan Berat Badan Bayi dalam 1 Bulan		Total	OR	p
	>500 gr	<500 gr			
Massage	28	0	28	5,600	0,000
Tidak Massage	5	23	28		
Total	33	23	56		

Tabel 6 menunjukkan hubungan pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan bayi dapat diketahui bahwa nilai p sebesar 0,000 sehingga nilai $p < 0,05$. Dengan demikian dapat dinyatakan bahwa hipotesis H_0 ditolak dan H_a diterima, atau terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan. Berdasarkan hasil yang diperoleh dalam tabel dapat diketahui juga bahwa $OR = 5,600$. Maka bayi yang di *massage* berpotensi mengalami kenaikan berat badan >500 gram 5,6 kali lebih besar dibandingkan dengan yang tidak di *massage*.

DISKUSI

Karakteristik Responden

Responden dalam penelitian terdiri dari usia 3-6 bulan. Jumlah responden terbanyak yakni pada usia 5 bulan sebanyak 18 bayi (32,15%). Jenis kelamin responden terdiri dari 30 bayi perempuan (53,6%) dan 26 bayi laki-laki (46,4%). Berdasarkan perlakuan *massage*, jumlah responden yang diberikan perlakuan *massage* sebanyak 28 bayi (50%) dan jumlah responden yang tidak diberikan perlakuan *massage* sebanyak 28 bayi (50%).

Responden yang diberikan perlakuan *massage* dilakukan pemijatan selama 15 menit setiap minggunya selama lima kali dalam kurun waktu satu bulan. Pemijatan dilakukan setelah bayi makan, pemijatan segera setelah makan dapat menyebabkan gangguan pencernaan, bahkan muntah. Hal ini terjadi karena lambung masih belum siap diguncang dan gerak *peristaltic* masih berlangsung untuk mengantar makanan ke saluran pencernaan.^[6] Penimbangan awal berat badan bayi dilakukan saat sebelum si bayi mendapatkan *treatment massage* dan penimbangan selanjutnya dilakukan setiap satu minggu sekali pada saat setelah pemberian *massage* di tiap minggunya sehingga hasil perkembangan berat badan bayi dapat diketahui apakah terdapat kenaikan, stagnan atau justru terjadi penurunan.

Hasil yang didapat mengenai hubungan pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan yakni kelompok responden yang diberikan perlakuan *massage* mengalami peningkatan berat badan dibandingkan dengan kelompok responden yang tidak diberikan perlakuan *massage*. Berdasarkan pengolahan data dengan Uji *Chi Square* dalam penelitian dengan jumlah 56 responden ini, didapat nilai $p = 0,000$ yang dimana nilai $p < 0,05$ untuk hubungan pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Tonja, Denpasar Utara.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh (Fauziah, A., Wijayanti, H., 2018) bayi yang dipijat sejak lahir akan meningkatkan berat badannya sebesar 47%. Pijat mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai pusat. Tekanan pada reseptor saraf dikulit akan menyebabkan pelebaran vena, arteri, dan kapiler sehingga akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung, dan meningkatkan gerakan usus di saluran cerna.^[7]

Gambaran Berat Badan Bayi Berdasarkan Kelompok Perlakuan *Massage* dan Tanpa Perlakuan *Massage* dalam Satu Bulan

Gambaran berat badan responden sebelum diberikan *massage* pada responden dengan usia 3 bulan, dimana berat badan terbanyak adalah 5200 gram, yaitu sebanyak 3 responden, dengan berat badan terendah adalah 4100 gram, dan berat badan tertinggi adalah 6200 gram. Pada responden dengan usia 4 bulan, berat badan terbanyak adalah

5400 gram, yaitu sebanyak 2 responden, berat badan tertinggi adalah 7200 gram. Responden dengan usia 5 bulan, berat badan terbanyak adalah 7100 gram dan berat badan tertinggi adalah 8000 gram. Sedangkan pada responden dengan usia 6 bulan, berat badan terbanyak adalah 7300 gram, dan berat badan tertinggi adalah 8000 gram.

Gambaran berat badan bayi setelah diberikan *massage* pada responden dengan usia 3 bulan, dimana berat badan terbanyak adalah 6600 gram, dan berat badan tertinggi adalah 6800 gram. Pada responden dengan usia 4 bulan, berat badan terbanyak adalah 7500 gram, dan berat badan tertinggi adalah 7800 gram. Responden dengan usia 5 bulan, berat badan terbanyak adalah 7000 gram, dan berat badan tertinggi adalah 8800 gram. Sedangkan pada responden dengan usia 6 bulan, berat badan terbanyak adalah 7500 gram, dan berat badan tertinggi adalah 8500 gram.

Responden pada kelompok yang tidak mendapatkan perlakuan *massage*, rata-rata tidak mengalami peningkatan berat badan dalam satu bulan. Pada responden dengan usia 3 bulan, berat badan terendah adalah 4500 gram dan berat badan tertinggi adalah 6100 gram. Pada responden dengan usia 4 bulan, berat badan terendah adalah 5400 gram, dan yang tertinggi adalah 7200 gram. Pada responden dengan usia 5 bulan, berat badan terendah adalah 5800 gram, dan yang tertinggi adalah 8000 gram, dan pada responden berusia 6 bulan, berat badan terendah adalah 6000 gram dan yang tertinggi adalah 7700 gram. Kenaikan berat badan pada kelompok yang tidak diberikan *massage*, berkisar antara 300 gram hingga kurang dari 500 gram, sehingga tidak terjadi peningkatan berat badan yang berarti.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Harahap, N., 2019.) dengan judul "Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan" Tahun 2019 hasil penelitian ditemukan bahwa kenaikan berat badan pada kelompok tidak dilakukan sebanyak 570 gram. Hal ini dikarenakan pada kelompok ini bayi tidak mendapatkan pijat bayi. Sedangkan pada kelompok bayi yang mendapat pemijatan sebanyak 1250 gram setelah dilakukan pijat bayi sebanyak 8 kali selama 1 bulan dengan durasi pemijatan 10-15 menit selama 1 bulan. Hasil uji statistik $p = 0,000$ ($p < 0,05$) yang artinya secara signifikan terdapat adanya pengaruh perbedaan berat badan bayi pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.^[8]

Hubungan Pemberian *Massage* Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi

Kategori kenaikan berat badan pada bayi dengan usia 3-6 bulan dibedakan menjadi dua kategori, yakni >500 gram apabila berat badan bayi mengalami peningkatan dan di atas rata-rata, sementara untuk bayi yang berat badannya tidak mengalami peningkatan atau dibawah rata-rata yakni <500 gram. Berdasarkan data yang didapat, dalam satu bulan terdapat 33 bayi yang berat badannya >500 gram setelah diberikan *massage*, dan 23 bayi yang berat badannya <500 gram tanpa diberikan perlakuan *massage*.

Hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa, rata-rata berat badan bayi usia 3-6 bulan setelah diberikan perlakuan *massage* setiap minggunya, rata-rata pertumbuhan kenaikan berat badannya naik di atas rata-rata dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan perlakuan *massage*. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian *massage* adalah suatu bentuk *treatment* alternatif terbaik dan murah dalam upaya menaikkan berat badan bayi secara lebih optimal, dengan catatan intervensi *massage* tersebut harus dilakukan selama 15 menit setiap seminggu sekali selama satu bulan dan harus dilakukan secara kontinyu (minimal 5 kali tiap minggu).

Pemijatan pada bayi akan merangsang *nervus vagus*, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus untuk mengosongkan lambung, dengan begitu bayi akan cepat merasa lapar, sehingga masukan makanan akan meningkat. Saraf ini juga merangsang peningkatan produksi enzim pencernaan, sehingga penyerapan nutrisi meningkat. Nutrisi yang diserap akan ikut dalam peredaran darah yang juga meningkat oleh potensial aksi saraf simpatis. Selain itu, peningkatan distribusi mikro dan makro nutrien akan membantu peningkatan metabolisme organ dan sel, sehingga ada penyimpanan bawah kulit dan pembentukan sel baru. Keadaan ini yang dapat meningkatkan berat badan bayi. Adanya kenaikan berat badan menunjukkan bahwa adanya kesinambungan antara masukan nutrisi bayi dengan pengeluaran energi karena berat badan dipengaruhi oleh faktor lingkungan seperti masukan makanan.^[5]

Peningkatan berat badan bayi mengacu pada pendapat yang disampaikan oleh (Adriana, Dian, 2011.) dengan judul Tumbuh kembang & Terapi bermain pada Anak, dimana penambahan berat badan terjadi antara usia 0 dan 6 bulan dengan penambahan sebanyak 682 gram per bulan. Berat badan lahir bayi meningkat dua kali lipat ketika bayi berusia 5 bulan. Antara usia 6 dan 12 bulan, berat bayi bertambah 341 gram per bulan. Berat bayi meningkat tiga kali lipat saat berusia 12 bulan. Berat badan akan menjadi empat kali berat badan lahir pada umur 2 tahun. Pada masa prasekolah kenaikan berat badan rata-rata 2 kg / tahun.^[9]

Kategori pertumbuhan kenaikan berat badan bayi di atas rata-rata juga menunjukkan angka yang sangat signifikan dan dominan dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan perlakuan *massage*. Pertumbuhan kenaikan berat badan bayi yang terjadi pada *massage* bayi akan dapat menambah bobot bayi sehingga tidak mengganggu tumbuh kembang anak di kemudian hari. *Massage* sepatutnya tidak boleh hanya dilakukan sewaktu-waktu, mengingat efektivitasnya yang cukup tinggi dalam menaikkan berat badan bayi yang sangat terbukti.

Teori mengatakan bahwa bayi memang memiliki berat badan yang bervariasi berdasarkan usianya. Peningkatan berat badan bayi pun sangat dipengaruhi oleh berbagai faktor baik internal maupun eksternal. Karena itu, setiap bayi akan memiliki berat badan yang bervariasi tergantung dari faktor-faktor tersebut. Dalam periode tertentu terdapat adanya masa percepatan atau masa perlambatan, serta laju tumbuh kembang yang berlainan diantara organ-organ. Proses pertumbuhan lebih banyak dinilai pada pemeriksaan antropometrik secara berkala. Bayi yang normal mengikuti kurva pertumbuhan secara mantap. Suatu penyimpangan dari arah kurva yang normal adalah suatu indikator terhadap kelainan akibat penyakit/hormonal/gizi kurang.^[2]

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Setiawati, I. 2010) pada penelitiannya yang berjudul "Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0-6 bulan di Polindes Buluk Agung Wilayah Kerja Puskesmas Klampis Bangkalan", menyimpulkan bahwa pijat bayi mempunyai banyak manfaat bagi bayi, yaitu dapat meningkatkan berat badan bayi, pertumbuhan bayi, daya tahan tubuh bayi, konsentrasi bayi, membuat tidur bayi lebih lelap dan mempererat ikatan kasih sayang antara orang tua dan anak. Dalam keadaan sehat dan mendapat gizi yang baik, berat badan bayi

pada tahun pertama kehidupannya mengalami peningkatan 140–200 gram tiap minggunya. Hasil penelitian didapatkan 15 bayi yang tidak dilakukan pemijatan mengalami perubahan berat badan rata-rata sebesar 1,42%, dengan uji t sampel berpasangan diperoleh $p= 0,005$. Pada 15 bayi yang dilakukan pemijatan juga mengalami peningkatan berat badan 4,11%, dengan uji t sampel berpasangan diperoleh $p=0,000$. Di sisi lain, pada perbandingan peningkatan berat badan antara bayi yang tidak dilakukan pemijatan dengan bayi yang dilakukan pemijatan, hasil uji t sampel bebasnya diperoleh $p= 0,001$. Kesimpulan penelitian ini adalah adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0–6 bulan.^[10]

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Pemberian stimulasi berupa *massage* yang dilakukan selama 15 menit setiap seminggu sekali selama satu bulan dapat meningkatkan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan (nilai $p= 0,000$).
2. Terdapat perbedaan berat badan bayi yang signifikan antara kelompok dengan perlakuan *massage* dan tanpa perlakuan *massage* dalam kurun waktu satu bulan.
3. Adanya hubungan yang bermakna antara pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Tonja, Denpasar Utara Tahun 2019.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kusumastuti, N.A., Tamtomo, D. and Salimo, H., 2016. *Effect of Massage on Sleep Quality and Motor Development in Infant Aged 3-6 Months. Journal of Maternal and Child Health*, 1(3), pp.161-169.
2. Triana, K Y., Sukarja, M., Utami, K., 2012. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Timur.
3. Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KPP & PA). 2015. Profil Anak Indonesia Tahun 2015.
4. Noviyanti., Nufaisa, S., 2014. Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Umur 3 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Ibrahim Adji Kecamatan Batununggal Kota Bandung Tahun 2014. *Jurnal Kesehatan Kartika* Vol. 9 No. 3.
5. Kalsum, U., 2014. Peningkatan Berat Badan Bayi Melalui Pemijatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*. Vol.17, No.1). pp 25-29.
6. Setiawan, A., 2015. Pemberian Terapi Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Pada Asuhan Keperawatan An. N Dengan Infeksi Saluran Pernafasan Akut. Laporan Tugas Akhir Program Studi D III Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma Husada. Surakarta.
7. Fauziah, A., Wijayanti, H., 2018. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan dan Kualitas Tidur Bayi di Puskesmas Jetis Yogyakarta. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah dan Aplikasinya*. Vol.6 no.2.
8. Harahap, N., 2019. Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*. Vol.13 no.2 pp 99-107.
9. Adriana, Dian, 2011. *Tumbuh Kembang & Terapi Bermain pada Anak*. Jakarta
10. Setiawati, I. 2010. Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0–6 bulan di Polindes Buluk Agung wilayah kerja Puskesmas Klampis Bangkalan (Skripsi, Universitas Airlangga Surabaya). Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga, Surabaya – Jawa Timur, Indonesia.