

Hubungan Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan Bayi di Tirtonirmolo, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY)

Hilda Kumaeroh¹, Laeli Nur Hasanah²

^{1,2} Program Studi Gizi Fakultas Sains dan Teknologi Universitas PGRI Yogyakarta, Yogyakarta, Indonesia
Email Korespondensi: laeli@upy.ac.id

ABSTRAK

Anak merupakan generasi masa depan yang membutuhkan perhatian khusus. Salah satu dukungan yang penting untuk tumbuh kembang anak adalah gizi dan stimulus yang optimal. Pijat bayi dikenal sebagai praktik tradisional yang berpotensi menstimulasi tumbuh kembang balita. Meskipun klaim ini telah ada dalam berbagai budaya namun masih diperlukan penelitian yang mendalam hubungan pijat bayi dan kenaikan berat badan dalam konteks lokal di Tirtonirmolo, Daerah Istimewa Yogyakarta. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi di Kelurahan Tirtonirmolo, Kasihan, Bantul, DIY. Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *Cross Sectional Study*. Subjek penelitian dipilih secara *purposive* sejumlah 72 balita. Data dikumpulkan secara wawancara menggunakan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar balita mendapatkan rutin pijat sebanyak 49 anak (68,1%) dan pijat tidak rutin sebanyak 23 anak (31,9%). Balita yang tidak mengalami kenaikan berat badan sebanyak 18 anak (25,0%) dan balita yang mengalami kenaikan berat badan sebanyak 54 anak (75,0%). Ada hubungan antara pijat bayi dengan kenaikan berat badan balita. Balita yang mendapatkan pijat bayi secara rutin cenderung memiliki kenaikan berat badan.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Kenaikan Berat Badan, Tirtonirmolo

Baby Massage's Relationship On Baby Weight Increases In Tirtonirmolo Village, Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta(DIY)

ABSTRACT

Children are the future generation that needs special attention. One of the important support for child growth and development is optimal nutrition and stimulation. Baby massage is known as a traditional practice that stimulates the growth and development of children. Although this claim exists in various cultures, further research is still needed on the relationship between baby massage and weight gain in the local context of Tirtonirmolo, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). This study aims to analyze the relationship between child massage and the increase in baby weight in Tirtonirmolo Village, Kasihan, Bantul, DIY. This research method is quantitative and has a cross-sectional study design. The subject of the research was selected with a view to selecting a total of 72 children. The data were collected by interview with a questionnaire. The results show that the majority of children receive regular massage 49 (68.1%) and 23 (31.9%) unregularly massage. There were 18 children (25.0%) who did not gain weight, and 54 children (75.0%) gained weight. The research results show that there is a relationship

between baby massage and the weight gain of children. Children who get regular baby massage are less likely to gain weight.

Keywords: *Baby Massage, Weight, Tirtonirmolo*

PENDAHULUAN

Kenaikkan berat badan menjadi salah satu indikator kesehatan bayi yang mencerminkan pertumbuhan anak yang optimal (Sinaga, 2022). *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 melaporkan bayi dibawah lima tahun (balita) mengalami masalah gizi dan masih menjadi penyebab kematian sepertiga anak di seluruh dunia. Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 melaporkan bahwa Indonesia masih memiliki berbagai masalah gizi seperti *stunting* (pendek) sebesar 21,6%, *wasting* sebesar 7,7% dan *underweight* 17,1%. Pada tahun 2022, provinsi DIY masih memiliki masalah gizi seperti prevalensi *stunting* di DIY sebesar 16,4% dan di Bantul memiliki prevalensi *stunting* sebesar 15,8% (Kemenkes, 2023). Prevalensi balita Kurang Energi Protein (KEP) di Kabupaten Bantul sebesar 8,5% pada tahun 2021.

Anak membutuhkan stimulus dan gizi yang optimal untuk mendukung tumbuh kembang (Nardina et al., 2021). Salah satu bentuk stimulasi anak adalah pijat (Field, 2018). Pijat bayi dikenal sebagai warisan budaya tradisional yang dipercaya dapat memberikan manfaat bagi kesehatan anak (Pranoto dan Maryanto, 2010). Pijat bayi menjadi bentuk komunikasi antara ibu dan bayi sehingga memungkinkan menjadi lebih dekat melalui kontak mata, sentuhan kasih sayang, perhatian gerakan dan pijatan yang dirasakan oleh bayi, sehingga merangsang perkembangan struktur fungsi sel-sel otak pada bayi. Terapi pijat merupakan salah satu pengobatan tertua di dunia (Anggraini dan Rizky, 2008). Pijat bayi yang meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dapat melemaskan sendi-sendi yang terlalu kaku dan dapat menyatukan organ tubuh dengan cara pijat (Anggraini dan Rizky, 2008). Saat ini banyak penelitian yang menyatakan bahwa pijat bayi memiliki banyak manfaat secara fisik maupun emosional. Beberapa manfaat pijat bayi diantaranya dapat meningkatkan nafsu makan, melipat gandakan keuntungan ASI eksklusif, meningkatkan berat badan, meningkatkan daya tahan tubuh, membuat bayi tidur lebih nyenyak, dan memperkuat ikatan antar orang tua dan bayi (Beauty, 2015; Pranoto & Heni Hirawati, 2010; Hara, 2019).

Masyarakat di Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) khususnya kelurahan Tirtonirmolo telah menjalankan praktik pijat bayi sebagai bagian integral dari perawatan anak sejak turun temurun. Mereka mempercayai pijat bayi dapat memberikan manfaat kesehatan anak dan ibu. Saat ini wilayah desa setempat memiliki program pijat bayi gratis bagi warga Tirtonirmolo dan belum pernah ada yang melakukan eksplorasi lebih dalam pada hubungan pijat bayi dengan berat badan. Berdasarkan informasi awal diperoleh bahwa Tirtonirmolo memiliki 15 posyandu dan banyak ibu yang belum mengetahui manfaat dari pijat bayi tersebut. Oleh karena itu, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi di kelurahan Tirtonirmolo Kasihan, Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sehingga diharapkan menjadi bukti empiris dan pemahaman yang mendalam tentang manfaat pijat bayi.

METODE

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif yang bersifat *Analitik Correlational*. Desain penelitian menggunakan *Cross sectional Study* yang telah dilaksanakan pada bulan Agustus hingga September 2023. Populasi penelitian ini adalah seluruh ibu balita di di Kelurahan Tirtonirmolo, Kasihan, Bantul, DIY berjumlah 262 orang. Penarikan sampel menggunakan *purposive sampling* berdasarkan rumus Slovin dengan nilai signifikansi 10% (0.01) maka diperoleh sebanyak 72 ibu balita (0-59 bulan). Seluruh subjek penelitian telah mengisi dan menyetujui *inform concent*.

Pengumpulan data dilakukan secara wawancara langsung menggunakan kuesioner. Data yang sudah dikumpulkan diolah dan dianalisis menggunakan program *Microsoft Excel 2013* dan program *SPSS 15.0*. Data karakteristik subjek dianalisis secara deskriptif. Analisa bivariat uji statistik *Chi Square (X2)* digunakan untuk menguji hubungan variabel bebas (pijat bayi) dengan variabel terikat (kenaikan berat badan) dengan nilai $p < 0,05$ dianggap signifikan secara statistik.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik subjek

Total subjek pada penelitian ini adalah 72 ibu yang memiliki balita usia 0-59 bulan. Sebagian besar subjek berusia 26-35 tahun (65,3%) dengan usia ibu terendah adalah 19 tahun dan usia tertua adalah 41 tahun. Usia tersebut masih dikatakan usia yang matang untuk menerima sebuah informasi dan masih memiliki rasa belajar yang tergolong cukup tinggi (Eky, 2014). Ibu dengan usia matang lebih mempunyai banyak pengalaman atau pengetahuan khususnya pola asuh, sehingga ibu dengan usia matang lebih baik dalam mengasuh anak (Rasmaniar; et al., 2021). Tingkat pendidikan ibu paling banyak pada jenjang pendidikan SMA/SMK berjumlah 34 orang (47,2%), selanjutnya ibu yang memiliki pendidikan lulusan perguruan tinggi berjumlah 22 orang (30,6%) sedangkan ibu yang memiliki pendidikan SMP berjumlah 13 orang (18,1%) dan ibu yang memiliki pendidikan sebanyak 3 orang (4,2%). Semakin tinggi pendidikan seseorang maka semakin tinggi seseorang menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya sehingga berdampak pada pola asuh orang tua (Apriastuti, 2013). Pekerjaan ibu sebagian besar yaitu IRT berjumlah 54 (75,0%), ibu yang bekerja sebagai wirausaha sebanyak 10 orang (13,9%), karyawan swasta sebanyak 6 orang (8,3%), dan pekerjaan guru dan perawat masing-masing berjumlah 1 orang (1,4%). Jenis kelamin balita pada penelitian ini didominasi oleh anak laki-laki sebanyak 38 balita (52,8%) dan anak perempuan berjumlah 34 balita (47,2%). Usia balita paling banyak berada pada usia 1 tahun sebanyak 41 balita (56,9%). Anak usia 0-59 bulan merupakan periode kritis tumbuh kembang yang sangat membutuhkan dukungan gizi dan stimulus (Nardina et al., 2021).

Tabel 1 Karakteristik subjek penelitian

Variabel	n	%
Usia Ibu		
17-25 Tahun	12	16,7
26-35 Tahun	47	65,3
36-45 Tahun	13	18,1
Rata-rata ± SD; (Min ; Max)	30,1 ± 5,1; (19 ; 41)	
Pendidikan		

Variabel	n	%
SD	3	4,2
SMP	13	18,1
SMA/SMK	34	47,2
PT	22	30,6
Pekerjaan		
Ibu Rumah Tangga (IRT)	54	75,0
Karyawan Swasta	6	8,3
Wirausaha	10	13,9
Guru	1	1,4
Perawat	1	1,4
Jenis Kelamin Anak		
Laki-Laki	38	52,8
Perempuan	34	47,2
Usia Anak		
1 Tahun	41	56,9
2 Tahun	16	22,2
3 Tahun	10	13,9
4 Tahun	4	5,6
5 Tahun	1	1,4

Hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan balita

Subjek pada penelitian ini sebagian besar adalah balita yang rutin mendapatkan pijat bayi sebanyak 49 anak (68,1) dan ada 23 anak (31,9%) yang tidak rutin mendapatkan pijat setelah mandi. Balita yang memiliki berat badan tetap/naik sebanyak 54 balita (75,0%) dan tidak naik sebanyak 18 balita (25,0%). Balita yang memiliki pijat bayi yang tidak rutin dan mengalami penurunan berat badan sebanyak 11 balita (47,8%). Balita yang tidak rutin pijat dan mengalami kenaikan berat badan tetap/naik sebanyak 12 anak (52,2%). Sedangkan balita yang memiliki pijat bayi yang rutin namun mengalami penurunan berat badan sebanyak 7 anak (14,3%). Balita yang rutin pijat dan mengalami kenaikan berat badan tetap/naik sebanyak 42 anak (85,7%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi di Kelurahan Tirtonirmolo ($p < 0.05$).

Tabel 2 Hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan balita

Pijat Bayi	Kenaikan Berat Badan				Total		<i>p-value</i>
	Turun		Tetap/Naik		n	%	
	n	%	n	%			
Tidak Rutin	11	47,8	12	52,2	23	31,9	0,002
Rutin	7	14,3	42	85,7	49	68,1	
Total	18	25,0	54	75,0	72	100,0	

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi memiliki manfaat bagi kesehatan bayi dan ibu (Cooke, 2015). Hasil pada penelitian ini sama dengan

penelitian yang dilakukan oleh Pranoto dan Maryanto (2010); Hardiyanti dan Widiastuti (2019); Fitriyanti, *et al.*, (2019). Pemijatan pada bayi dapat meningkatkan berat badan, meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lebih nyenyak. Sedangkan manfaatnya bagi ibu yaitu meningkatkan kepercayaan diri, memudahkan orang tua mengenali bayinya, membina ikatan kasih sayang antara ibu dan bayi (Vicente *et al.*, 2007).

Kenaikan berat badan bayi dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya pemberian pijat bayi yang diberikan secara kontinyu. Bayi yang mendapatkan pijat secara rutin akan mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan gizi lebih baik. Oleh karena itu, maka bayi akan menjadi cepat lapar dan memiliki keinginan untuk lebih sering menyusu (Irva *et al.*, 2014). Pengeluaran insulin akibat pijat akan mempermudah untuk memetabolisme glukosa. Sekresi hormon pencernaan seperti asam hidroklorida, pepsinogen, enzim pankreas, peningkatan aliran empedu hati akan mempermudah pencernaan makanan. Saat makanan sampai pada duodenum maka akan merangsang pengeluaran cholecystokinin, hal ini akan merangsang motilitas usus. Oleh karena itu, dengan adanya peningkatan motilitas lambung dan usus akan mempermudah pencampuran, pendorongan makanan dan penyerapan gizi menjadi lebih baik (Lestari *et al.*, 2021).

Pemijatan juga akan meningkatkan mekanisme penyerapan makanan yang dikontrol oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkat sehingga akan meningkatkan jumlah asupan makanan sehingga secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Fatmawati *et al.*, 2021). Hasil penelitian menjelaskan bahwa pijatan pada bayi mampu merangsang motorik, membantu proses tidur, mengurangi rasa cemas dan keluhan. Efek pemijatan akan memberikan dampak pada peningkatan zat-zat makanan di saluran pencernaan dan mengembangkan mental anak, membuat suhu tubuh bisa lebih stabil serta mampu meningkatkan hormon gastrin dan insulin yang berperan dalam penyerapan makanan sehingga berat badan bayi naik lebih cepat (Lee, 2006).

Penelitian ini memiliki kelebihan yaitu mengukur hubungan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan yang belum pernah dilakukan di Tirtonirmolo. Sedangkan kelemahan penelitian ini adalah variabel yang digunakan dalam penelitian ini belum mewakili semua faktor-faktor yang berhubungan dengan kenaikan berat badan bayi.

SIMPULAN

Ada hubungan pijat bayi dengan kenaikan berat badan balita yang signifikan ($p < 0.05$) di Tirtonirmolo, Bantul, DIY. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan bukti empiris pijat bayi dapat mendukung tumbuh kembang anak sehingga dapat menjadi landasan program kesehatan bayi bagi institusi kesehatan. Penelitian selanjutnya diharapkan dapat dilakukan dengan meneliti variabel lain yang berkaitan dengan kenaikan berat badan anak.

Conflict of Interest dan Funding Disclosure

Semua penulis tidak memiliki *conflict of interest* terhadap artikel ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, Y. S., dan Rizky, D. 2008. *Keajaiban Pijat Bayi dan balita*. PT Wahyu Media. Jakarta
- Apriastuti, D. A. 2013. Analisis Tingkat Pendidikan dan Pola Asuh Orang Tua dengan Perkembangan Anak Usia 48-60 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan*: 4(1): 1–14.
- Beauty, W. P. 2015. Hubungan Frekuensi Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Umur 6 - 12 Bulan Di Desa Pringsurat Kecamatan Pringsurat Kabupaten Temanggung. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan* 7(14):153–160.
- Cooke, A. 2015. Infant massage: The practice and evidence-base to support it. *Journal of Health Visiting* 3(11): 598-602.
- Fatmawati, N., Zulfiana, Y., & Pratiwi, Y. S. 2021. The Effect of Baby Massage on Improvement Baby Weight. *Journal for Quality in Public Health*, 4(2): 227–232. <https://doi.org/10.30994/jqph.v4i2.212>
- Field, T. 2018. Infant massage therapy research review. *Clinical Research in Pediatrics* 1(2): 1-9.
- Fitriyanti, Y. E., Arsyad, G., & Sumiaty, S. 2019. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan. *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)* 2(2): 100. <https://doi.org/10.33860/jbc.v2i2.199>
- Irva, T.S. 2014. *Pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan Berat badan bayi Skripsi*. Universitas Riau. Riau
- Kementerian Kesehatan RI. 2023. *Hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) 2022*. 1–7. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan
- Latif, H.H.A. dan Widyastuti, Y. 2017. Hubungan pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi berat lahir rendah (BBLR) di RSKIA Ummi Khasanah Yogyakarta. *Skripsi*. Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Yogyakarta
- Lee H.K. 2006. The effects of infant massage on weight, height, and mother-infant interaction, *Journal of Korean Academy of Nursing* 36 (8): 1331–1339
- Lestari, K. P., Nurbadlina, F. R., Wagiyo, & Jauhar, M. 2021. The effectiveness of baby massage in increasing infant's body weight. *Journal of Public Health Research* 10: 1–5. <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2332>
- Nardina, E. A., Astuti, E. D., Suryana, Hapsari, W., Hasanah, L. N., Mariyana, R., Sulung, N., Triatmaja, N. T., Simanjuntak, R. R., Argaheni, N. B., & Rini, M. T. 2021. *Tumbuh Kembang Anak*. Yayasan Kita Menulis. Medan
- Novy Ramini, H. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Prima* 13(2): 99–107. <http://jkp.poltekkes-mataram.ac.id/index.php/home/index>
- Pranoto, Heni Hirawati; Maryanto, S. 2010. Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Desa Candirejo Kecamatan Ungaran Kabupaten Semarang. *Jurnal Gizi Dan Kesehatan*: 1–7. <https://jurnalgizi.unw.ac.id/index.php/JGK/article/view/63>
- Rasmaniar., Rahayu, E. S., Sumardi, R. N., Hasanah, L. N., Atmaka, D. R., Alfiah, E., Pasaribu, R. D., & Pattola. 2021. *Pengantar Kesehatan dan Gizi*. Yayasan Kita Menulis. Medan
- Sasmi Irva, T., Hasanah, O., & Woferst, R. 2014. Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jom Psik*, 1(OKTOBER): 1.

- Sinaga, T.R., Hasanah, L.N., Shintya, L.A., Faridi, A., Kusumawati, I., Koka, E.M., Sirait, A., dan Harefa, K. 2022. *Gizi Dalam Siklus Kehidupan*. Yayasan Kita Menulis. Medan
- Vicente, S., Veríssimo, M. and Diniz, E. 2017. Infant massage improves attitudes toward childbearing, maternal satisfaction and pleasure in parenting. *Infant behavior and development* (49): 114-119.