

ARTIKEL PENELITIAN

PENGARUH *BABY MASAGE* TERHADAP PERTUMBUHAN BAYI 0-6 BULAN YANG DIBERIKAN ASI EKSKLUSIF DI PMB OZA WAQIAH KOTA BATAM

Anisya Selvia^{1*}, Mona Rahayu Putri²

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Institut Kesehatan Mitra Bunda, Batam, Indonesia

*selviaanisya@yahoo.com

Abstrak

Latar Belakang: *Golden Period* merupakan masa emas bagi bayi pada 1000 hari pertama kehidupannya. Stimulasi-stimulasi perlu diberikan terhadap bayi khususnya untuk menunjang pertumbuhannya. Pemberian *baby massage* dapat meningkatkan pertumbuhan khususnya pada pertambahan panjang badan dan berat badan bayi. Bayi yang di *masaage* memiliki kenaikan berat badan 8 gram lebih tinggi per hari dibandingkan bayi yang tidak *massage*. Pertumbuhan khususnya pada pertambahan panjang dan berat badan pada bayi sangat perlu diperhatikan karena pertumbuhan yang terganggu akan berakibat pada tingginya angka kejadian *growth faltering* pada bayi. Prevalensi *growth faltering* di Indonesia sendiri berdasarkan data Riskesdas 2019 adalah 30,8 %. Persentase *Growth Faltering* pada anak balita di Provinsi Kepulauan Riau Tahun 2019 sebesar 11,45% dihitung berdasarkan hasil temuan surveilans gizi pada 2.736 balita. **Tujuan:** Untuk mengetahui Pengaruh *baby massage* terhadap pertumbuhan bayi 0-6 bulan yang diberikan ASI Eksklusif. **Metode:** Metode penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif, menggunakan *Quasi eksperiment design* dengan rancangan *Pretest – Postest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 0-6 bulan yang berjumlah 30 bayi. Analisa data pada penelitian ini dengan analisa univariat dan analisa bivariante menggunakan *Uji Wilcoxon*. Pengukuran panjang badan dan berat dilakukan sebanyak 2 kali, yaitu sebelum *baby massage* sebulan setelah *baby massage* dilakukan. **Hasil:** dari Uji Wilcoxon didapatkan ada pengaruh pertumbuhan bayi (panjang badan dan berat badan) sebelum dan setelah dilakukan *baby massage* nilai *P-Value*= 0,000 (< 0,05). **Kesimpulan:** ada pengaruh *baby massage* terhadap pertumbuhan bayi 0-6 bulan .

Kata Kunci : *Baby massage*, Pertumbuhan, ASI Eksklusif

Effect of Baby Masage on Growth of Exclusive Breast Milk Baby 0-6 Months at PMB Oza Waqiah, Batam City

Abstract

Background: *The Golden Period is a golden period for babies in the first 1000 days of life. Stimulations need to be given to babies, especially to support their growth. Giving baby massage can increase growth, especially in increasing the length and weight of the baby. Babies who were massaged had an 8 gram higher weight gain per day than babies who didn't massage. Growth, especially the increase in length and weight in infants, really needs to be considered because*

disturbed growth will result in a high incidence of growth faltering in infants. The prevalence of growth faltering in Indonesia itself based on Riskesdas 2019 data is 30.8%. Percentage of Growth Faltering in children under five in the Riau Islands Province in 2019 was 11.45% calculated based on the results of nutritional surveillance findings on 2,736 toddlers **Objectives:** To determine the effect of baby massage on the growth of infants 0-6 months who are given exclusive breastfeeding. **Methods:** The research method in this study is quantitative, using a quasi-experimental design with a pretest – posttest design. The population in this study were infants aged 0-6 months, totaling 30 infants. Analysis of the data in this study with univariate analysis and bivariate analysis. Bivariate analysis using the Wilcoxon test. Measurement of body length and weight was carried out 2 times, namely before the baby massage a month after the baby massage was carried out. **Results:** From the Wilcoxon test There is an effect of growth (body length and weight) before and after baby massage with $p\text{-Value} = 0.000 (< 0.05)$. **Conclusion:** There is an effect of baby massage on baby's growth 0-6 months.

Keyword : Baby massage, growth, exclusive breastfeeding.

PENDAHULUAN

Golden Period merupakan masa emas bagi bayi pada 1000 hari pertama kehidupannya. Stimulasi-stimulasi perlu diberikan terhadap bayi khususnya untuk menunjang pertumbuhannya. Pemberian *baby massage* dapat meningkatkan pertumbuhan khususnya pada penambahan panjang badan dan berat badan (1).

Bayi yang di *masaage* memiliki kenaikan berat badan 8 gram lebih tinggi per hari dibandingkan bayi yang tidak *massage*. Pertumbuhan khususnya pada penambahan panjang dan berat badan pada bayi sangat perlu diperhatikan karena pertumbuhan yang terganggu akan berakibat pada tingginya angka kejadian *growth faltering* pada bayi. Prevalensi *growth faltering* yang tinggi (>30%) sebagian besar terjadi di negara-negara di Asia dan Afrika, salah satunya di Indonesia (2).

Indonesia merupakan negara ketiga dengan prevalensi *growth faltering* tertinggi di regional Asia Tenggara/South-East Asia Regional (SEAR), setelah Timor Leste dan Kamboja. Prevalensi *growth faltering* di Indonesia sendiri berdasarkan data Riskesdas 2018 adalah 30,8 persen. Persentase *Growth Faltering* pada anak balita Provinsi Kepulauan Riau Tahun 2019 sebesar 11,45% dihitung berdasarkan hasil temuan surveilans gizi pada 2.736 balita (3).

Proses tumbuh kembang dapat berlangsung secara optimal dipengaruhi oleh beberapa faktor, diantaranya faktor internal dan faktor eksternal. Faktor Internal antara lain usia, jenis kelamin dan keturunan. Sedangkan faktor eksternal adalah lingkungan, status sosial ekonomi, dan nutrisi. Lingkungan yang nyaman, bisa diterapkan oleh orang tua yang mempunyai anak balita, dengan cara melakukan *baby massage* (4).

Baby massage merupakan sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. *Baby massage* merupakan terapi sentuhan yang sudah lama dikenal orang, namun masih jarang diterapkan oleh orang tua yang mempunyai anak balita (5).

Baby massage merupakan pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anak melalui sentuhan pada kulit yang berdampak sangat luar biasa khususnya pada penambahan panjang badan dan berat badan (6).

Baby massage sangat bermanfaat dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan anak, diantaranya adalah meningkatkan penyerapan makanan sehingga bayi lebih cepat lapar dan bayi akan lebih sering menyusu kepada ibunya, sehingga dapat meningkatkan berat badan dan panjang badan pada bayi (7). Pengaruh *baby massage* pada bayi dapat meningkatkan aktivitas *Nervus vagus* yang mempengaruhi mekanisme

penyerapan makanan pada bayi yang di *massage*, dimana bayi mengalami peningkatan *tonus nervus vagus* yang akan menyebabkan peningkatan enzim penyerapan gastrin dan insulin sehingga menyebabkan penyerapan makanan menjadi lebih baik dan meningkatkan berat badan bayi (8).

Aktivitas *nervus vagus* meningkatkan volume ASI, penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan aktivitas *nervus vagus* menyebabkan bayi cepat lapar dan akan lebih sering menyusu pada ibunya sehingga ASI akan lebih banyak diproduksi. Selain itu bayi yang rutin di *massage* juga akan terjadi peningkatan pada kualitas tidurnya, yaitu bayi tidur lebih lelap (9). Bayi juga akan lebih kuat sistem kekebalan tubuhnya, sehingga akan meminimalkan terjadinya sakit (10).

Penelitian terkait manfaat Baby massage adalah bahwa Baby massage bisa meningkatkan berat badan dan panjang badan. Pertumbuhan dan perkembangan bayi bisa dilihat dengan pengukuran antropometri, khususnya pengukuran panjang badan dan berat badan. Pada masa bayi dan balita, untuk melihat pertumbuhan fisik maupun status gizi bayi yaitu dengan melihat kenaikan panjang badan berat badan tiap waktu (11).

HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1 Karakteristik Bayi Berdasarkan Jenis Kelamin dan Usia Bayi

Jenis Kelamin	f	%
Laki-Laki	8	26,7%
Perempuan	22	73,3 %
Usia Bayi		
1-3 bulan	6	20%
4-6 bulan	24	80%
Total	30	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan jenis kelamin responden lebih banyak berjenis

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian *Quasi eksperiment design* dengan rancangan *Pretest – Posttest design*. Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 0-6 bulan yang lahir di PMB Oza Waqiah pada bulan Agustus-September 2021 berjumlah 30 Bayi. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober-Desember. Instrumen Penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Kriteria Responden dalam penelitian ini adalah bayi yang diberikan ASI Eksklusif. Tahapan penelitian diawali dengan melakukan penimbangan berat badan dan panjang badan pada bayi yang diberikan ASI eksklusif sebelum diberikan intervensi *massage*. Kemudian dilakukan *massage* 2 minggu 1 kali selama 1 bulan. Pengukuran berat badan dan panjang badan setelah intervensi dilakukan 1 bulan setelah *massage* dilakukan.

Analisa data untuk membuktikan pengaruh *baby massage* terhadap peningkatan pertumbuhan panjang badan dan berat badan sebelum dan sesudah *treatment* dilakukan menggunakan Uji Wilcoxon (12).

kelamin perempuan yaitu sebesar 73,3% dan 80 % bayi berada pada usia 4-6 bulan.

Analisis Bivariat

Tabel 2 Perbedaan Panjang Badan Bayi Sebelum dan Setelah Dilakukan *Baby Massage*

Kelompok Perlakuan	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean	Standar Deviasi	Kenaikan rata-rata panjang badan dalam 1 bulan
Sebelum	48	52	50	177,5	2,5 cm/bulan
Sesudah	50	56	55	222,3	

Berdasarkan tabel 3 mean panjang badan sebelum dilakukan *baby massage* adalah 50 sedangkan mean panjang badan setelah dilakukan *baby massage* adalah 55.

Tabel 3 Perbedaan Berat Badan Bayi Sebelum Dan Setelah Dilakukan *Baby Massage*

Kelompok Perlakuan	Nilai Minimum	Nilai Maksimum	Mean	Standar Deviasi	Kenaikan rata-rata panjang badan dalam 1 bulan
Sebelum	4780	8770	6940,55	1299,77	998,67 gram
Sesudah	5460	9740	74277	1444,54	/bulan

Berdasarkan tabel 3 mean berat badan sebelum dilakukan pemijatan adalah 6940,55 sedangkan mean berat badan setelah dilakukan *Baby Massage* adalah 7427.

Tabel 4 Analisis Bivariat Uji Wilcoxon Peningkatan Panjang Badan dan Berat Badan pada Bayi

Kelompok Variabel	N	Mean Rank	Sum of Ranks	p-Value
Perlakuan	30	16.40	675.00	0.000

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan nilai P Value= 0,000 (< 0,05) yang artinya ada pengaruh *baby massage* terhadap pertumbuhan bayi usia 0-6 bulan

dinilai dari perubahan panjang badan dan berat badannya sebelum dan setelah diberikan intervensi.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik bayi berdasarkan jenis kelamin didapati bahwa jenis kelamin responden lebih banyak berjenis kelamin perempuan yaitu sebesar 73,3%. Masa pertumbuhan perempuan lebih besar daripada laki-laki. Karakteristik bayi berdasarkan usia pada penelitian ini didapatkan hasil 80 % bayi berada pada usia 4-6 bulan.

Menurut WHO usia 6 bulan pertama kehidupan sangat penting bagi bayi, karena pada usia ini bayi sangat memerlukan asupan gizi yang tinggi untuk memperoleh tumbuh kembang yang optimal (13).

Peningkatan Panjang Badan Bayi sebelum dan setelah dilakukan *baby massage* berdasarkan tabel 2 mean panjang badan

sebelum dilakukan *baby massage* adalah 50 sedangkan mean panjang badan setelah dilakukan *baby massage* adalah 55. Peningkatan Berat Badan Bayi sebelum dan setelah dilakukan *Baby massage*. Berdasarkan tabel 3 mean berat badan sebelum dilakukan pemijatan adalah 6940,55 sedangkan mean berat badan setelah dilakukan *Baby Massage* adalah 7427. Hasil ini menunjukkan terjadinya peningkatan rata-rata berat badan pada responden. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Diana dengan judul *the effect of baby Massage* yang menyatakan bahwa pertumbuhan panjang badan dan berat badan pada bayi yang dilakukan *baby massage* akan lebih cepat mengalami peningkatan disbanding dengan bayi yang tidak dilakukan *baby massage* (13).

Frekuensi menyusu pada bayi yang diberikan intervensi *baby massage* lebih sering menyusu sehingga frekuensi menyusunya dibandingkan sebelum dilakukan *massage*. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa bayi yang sering *dimassage* akan meningkatkan tonus saraf vagus, yang meningkatkan pengeluaran hormon penyerapan makanan dan peningkatan kadar enzim gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik dan maksimal (14). Hal ini menyebabkan bayi yang di *massage* secara rutin akan lebih cepat terjadi peningkatan panjang badan dan berat badannya dibanding yang tidak di *massage* (7).

Rata-rata kenaikan panjang badan pada bayi yang di *massage* pada penelitian ini adalah 2,5cm/bulan dan Rata-rata kenaikan berat badan pada bayi yang di *massage* pada penelitian ini adalah 998,67 gram/bulan. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Fauziah yang menyatakan bahwa kenaikan panjang badan pada bayi yang di *massage* adalah 2cm/bulan dan kenaikan berat badan pada bayi yang di *massage* adalah 950gr/ bulan (9).

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan nilai P Value = 0,000 (< 0,05) yang artinya ada pengaruh *baby massage* terhadap pertumbuhan bayi usia 0-6 bulan

dinilai dari perubahan panjang badan dan berat badannya sebelum dan setelah diberikan intervensi. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Irva et al yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan 500 gram setelah dilakukan pemijatan selama dua minggu dengan p Value sebesar 0,000 (p < 0,05) (15).

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan Uji Wilcoxon didapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh *baby masage* terhadap pertumbuhan bayi 0-6 bulan khususnya pada pertambahan panjang badan dan berat badan sebelum dan sesudah dilakukan *massage*. Kekurangan dalam penelitian ini adalah tidak terdapat kelompok kontrol bagi bayi yang tidak dilakukan *baby massage*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Ibu Oza Waqiah yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Oza Waqiah.

DAFTAR PUSTAKA

1. Chapnick A. The Golden Age. Int J. 2008;64(1):205–21.
2. Harahap NR. Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. J Kesehat Prima. 2019;13(2):99–107.
3. Eddy SA. Renstra Kemenkes 2020-2024. J Chem Inf Model. 2020;21(1):1–9.
4. Puspitasari Eka Noor Asrida. Model Masase Bayi Usia 3 Bulan Sampai 3 Tahun. Medikora. 2015;15(2):121–34.
5. Febriyanti dkk. The Effect of Baby Massage Toward the Development of Three Months Baby. In: 1st Borobudur International Symposium on Humanities, Economics and Social Sciences (BIS-HESS 2019). Atlantis Press; 2020. p. 713–6.
6. Sari P eka K. Efektifitas Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan. Repos UIN

- Jakarta. 2014;
7. Lai M. Preterm Early Massage by the Mother: Protocol of a Randomised Controlled Trial of Massage Therapy in Very Preterm Infants. *BMC Pediatr.* 2016;16(1):1–12.
 8. Sugiharti RK. Pengaruh Frekuensi Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan di Desa Karang Sari dan Purbadana. *J Ilm Kebidanan.* 2016;7(1):41–52.
 9. Fauziah A, Wijayanti HN. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan dan Kualitas Tidur Bayi di Puskesmas Jetis Yogyakarta. *J Ilm Kesehat dan Apl.* 2018;6(2):14.
 10. Carolin BT, Syamsiah SS, Khasri MM. Pijat Bayi dapat Meningkatkan Berat Badan Bayi. *J Kebidanan Malahayati.* 2020;6(3):383–7.
 11. Maghfiroh M. Pengaruh Baby Massage terhadap Perubahan Berat Badan pada Bayi Usia 3-12 Bulan. *J Pengabmas Berkemajuan.* 2021;5(1):1–6.
 12. Sumantri H. *Metodologi Penelitian Kesehatan.* Jakarta: Prenada Media; 2015.
 13. Gürol A, Polat S. The effects of Baby Massage on Attachment between Mother and Their Infants. *Asian Nurs Res (Korean Soc Nurs Sci).* 2012;6(1):35–41.
 14. Fitri S dk. Massage Therapy as a Non Pharmacological Analgesia for Procedural Pain in Neonates: a Scoping Review. *Complement Ther Med.* 2021;59:102735.
 15. Niemi AK. Review of Randomized Controlled Trials of Massage in Preterm Infants. *Children.* 2017;4(4):1–14.