ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PERTUMBUHAN BALITA WASTING DI DESA BUMI RAYA KECAMATAN ABUNG SELATAN LAMPUNG UTARA

The Influence of Baby Massage on The Growth of Wasting Toddlers in Bumi Raya Village, Abung Selatan North Lampung

Anjani Martia Luciana[1], Tri Sunarsih[2*], Ratih Kumorojati[3]
[1]Mahasiswa Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Jalan Subandhi Dusun Tanjung Mulyo, Desa Bumi Raya, Abung Selatan, Lampung Utara
[2*3]Fakultas Kesehatan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta
Jalan Brawijaya, Ringroad Barat, Ambarketawang, Gamping, Sleman Yogyakarta
Email:[1]anjanilusianan2018@gmail.com, [2*]are_she79@yahoo.com, [3]ratihkumorojati@gmail.com
Telepon:[1]081278542603, [2*]082123521525, [3]08170404007
*Corresponding Author
Tanggal *Submission*: 28 Mei 2023 Tanggal diterima: 07 Juli 2023

Abstrak
Latar belakang : Masalah status gizi pada anak di Indonesia masih menjadi fokus utama dalam upaya perbaikan gizi masyarakat. Menurut hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) 2015, sebesar 29% balita di Indonesia termasuk kategori pendek. Pijat bayi juga merupakan salah satu perawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah makan, seperti mencegah wasting pada anak balita, karena dapat memperlancar proses pencernaan dan meningkatkan nafsu makan. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara. Metode : Desain penelitian *quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pre test dan post test design.* Populasi dalam penelitian ini adalah balita di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara. *Teknik sampling* dengan *purposive sampling* sebanyak 15 responden. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah ceklist pijat bayi dan lembar observasi. Uji analisis data menggunakan uji *wilcoxon.* Hasil penelitian : Z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0050, standar deviasi 1,07 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 0,36. Z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0250, standar deviasi 0,71 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 2,54. Ada pengarauh pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara dengan p value = 0,010 < α=0,05. Simpulan: Pijat bayi berpengaruh terhadap pertumbuhan balita wasting.
Kata kunci: Pijat bayi, Pertumbuhan, Balita Wasting

Abstract
Background: The problem of nutritional status in children in Indonesia is still the main focus of efforts to improve community nutrition. According to the 2015 Nutrition Status Monitoring (PSG) results, 29% of toddlers in Indonesia are in a short category. Baby massage is also one of the treatments that can be done to overcome eating problems, such as preventing wasting in toddlers, because it can facilitate the digestive process and increase appetite. The purpose of this study was to determine the effect of baby massage on the growth of wasting toddlers in Bumiraya Village, South Abung District, North Lampung.
Methods: Quasi-experimental research design with one group pre-test and post-test design. The population in this study were toddlers in Bumiraya Village, South Abung District, North Lampung. Sampling technique with purposive sampling of as many as 15 respondents. The instruments used in this study were checklist and observation sheets. Test data analysis using the Wilcoxon test.
The results of the study: The Z score for wasting before giving a baby massage has a median value of 0.0050, a standard deviation of 1.07 with a minimum value of -2.,18, and a maximum of 0.36. The Z score of toddler wasting before being given a baby massage has a median value of 0.0250, a standard deviation of 0.71 with a minimum value of -2.18, and a maximum of 2.54. There is an effect of baby massage on the growth and development of wasting toddlers in Bumiraya Village, South Abung District, North Lampung with p-value = 0.010 < = 0.05. Conclusion: Infant massage affects the growth and development of wasting toddlers.
Keywords: *Baby massage, Growth, Toddler Wasting*

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

PENDAHULUAN

Wasting merupakan suatu kondisi kekurangan gizi akut yang banyak terjadi pada balita, kondisi Wasting didasarkan pada indeks BB/ PB atau BB / TB dengan standart Z-score – 3 sampai dengan kurang dari -2 SD. Kejadian wasting dapat disebabkan oleh kekurangan asupan nutrisi dan penyakit infeksi yang dapat menyebabkan sindrom metabolik sehingga dapat menyebabkan penurunan berat badan secara drastis (WHO 2014) Di Indonesia prevalensi wasting menurut data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, pada tahun 2007 sebesar 13,6% menurun pada tahun 2013 sebesar 12,1%, dan menurun lagi pada tahun 2018 sebesar 10,2 %. (Kemenkes, 2018).

Meskipun prevalensi wasting mengalami penurunan, akan tetapi wasting masih menjadi masalah utama gizi kurang di Indonesia yang harus diatasi karena belum memenuhi standar WHO (2014), yaitu sebesar 5% dan belum mencapai target RPJMN dan Renstra 2015-2019 yaitu 9,5%. Masalah wasting yang masih menjadi masalah nasional. Di Jawa timur prevalensi wasting pada tahun 2018 masih tinggi yaitu 8% (Kemenkes, 2018) belum mencapai target WHO (2014) sebesar 5%. Masalah wasting harus segera diatasi, bila tidak segera diatasi dapat berdampak serius pada pertumbuhan fisik dan perkembangan kognitif anak, bahkan lebih buruknya wasting dapat berdampak pada kematian balita.

Masalah status gizi pada anak di Indonesia masih menjadi focus utama dalam upaya perbaikan gizi masyarakat. *Global Nutrition Report* (GNR) tahun 2014 menunjukkan Indonesia termasuk dalam 17 negara, di antara 117 negara, yang mempunyai tiga masalah gizi yaitu stunting, wasting dan overweight pada bayi atau balita. Menurut hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) 2015, sebesar 29% balita di Indonesia termasuk kategori pendek Masalah kesehatan anak merupakan salah satu persoalan utama dalam bidang kesehatan yang saat ini terjadi di berbagai negara berkembang. WHO pada tahun 2014 memperkirakan ada 161 juta balita mengalami masalah gizi. Masalah gizi terbesar terjadi pada balita mencapai 51 juta balita. Kematian balita akibat gizi sebesar 2,8 juta jiwa dan mengalami defisiensi mikronutrien sebesar 2 miliar. Negara Indonesia juga mengalami masalah gizi diantaranya masalah gizi kurang dan gizi buruk. Gizi kurang dan gizi buruk merupakan status gizi yang didasarkan pada indeks berat badan menurut umur (BB/U).

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan menyatakan bahwa persentase gizi buruk pada balita usia 0-23 bulan di Indonesia adalah 3,8%, sedangkan persentase gizi kurang adalah 11,4%. Hal tersebut tidak berbeda jauh dengan hasil Pemantauan Status Gizi (PSG) yang diselenggarakan oleh Kementerian Kesehatan tahun 2017, yaitu persentase gizi buruk pada balita usia 0-23 bulan sebesar 3,5% dan persentase gizi kurang sebesar 11,3%. Provinsi dengan persentase tertinggi gizi buruk dan gizi kurang pada balita usia 0-23 bulan tahun 2018 adalah Nusa Tenggara Timur, sedangkan provinsi dengan persentase terendah adalah Provinsi Jawa Barat (Kemenkes, 2018).

Masa pertumbuhan dipengaruhi banyak faktor, seperti: faktor genetik, nutrisi, status sosial ekonomi, status kesehatan, faktor hormonal, faktor lingkungan, lingkungan budaya, posisi anak dalam keluarga, pola asuh, aktivitas fisik dan stimulasi. Nutrisi memegang peranan penting dalam pertumbuhan, sebab nutrisi mempengaruhi status gizi. Namun disamping itu, stimulasi sangat penting diberikan untuk membantu merangsang pertumbuhan bayi dengan cepat (Hidayat, 2005).

Pijat bayi juga merupakan salah satu perawatan yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah makan, seperti mencegah stunting pada anak balita, karena dapat memperlancar proses pencernaan dan meningkatkan nafsu makan. pengobatan tradisional dengan pengobatan modern. Hal ini menjadi salah satu pilihan pengobatan masyarakat, termasuk pelayanan kebidanan anak usia dini. Dasar hukum pelaksanaan terapi komplementer dan alternatif berdasarkan Permenkes No. 1109/Menkes/Per/IX/2007 (Ayuningtyas, 2019).

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Salah satu jenis terapi komplementer adalah pijat atau massage. Pijat dapat dilakukan pada semua usia, termasuk bayi. Pijat bayi berupa sensasi taktil, meliputi afeksi, perhatian, vokal atau verbal, visual, dan elemen gerakan yang dapat menyebabkan peningkatan nafsu makan. Menjadi stimulan dapat merangsang nafsu makan dan menjaga pertumbuhan pada bayi (Irva et al., 2014).

Berdasarkan beberapa penelitian menunjukkan bahwa manfaat pijat bayi membantu menenangkan dan merilekskan bayi, pijat bayi merangsang perkembangan otak, melancarkan pencernaan, meningkatkan nafsu makan, dan mengoksigenasi otak serta membantu meningkatkan volume (Prasetyono, 2013).

Penelitian yang dilakukan (Febriyanti et al., 2020) hasil penelitian menunjukkan bahwa p nilai 0,000 (p<0,05), ada pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan bayi usia 3 bulan (Febriyanti et al., 2020; Septiningtyas et al., 2022). Penelitian lain oleh Harahap, N. R. (2019) didapatkan kenaikan berat badan bayi pada kelompok tidak dilakukan sebanyak 570 gram, kelompok dilakukan sebanyak 1250 gram dan dalam penelitian didapatkan ada pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi usia 2-6 bulan (Harahap, 2019).

Penelitian Agustin, I., Arum, K. A. S., & Noviadi, P. (2020) didapatkan nilai pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dengan perbandingan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol didapatkan nilai (p value 0,001),dan perubahan berat badan pada kelompok eksperimen sebelum dan sesudah pijat bayi didapatkan peningkatan sebesar 1100 gram dengan uji *wilcoxon* didapatkan hasil 0,001 yang berarti ada peningkatan yang signifkan antara berat badan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi .

Studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara bulan Agustus 2022 didapatkan data balita stunting sebanyak 7 balita dan balita wasting sebanyak 8 balita. Adapun upaya yang dilakukan untuk mengenal, mencegah, dan mengatasi masalah gizi yaitu dengan cara menimbang berat badan secara teratur, memberikan ASI saja kepada bayi sejak lahir sampai umur 6 bulan, menu makanan yang bervariasi, menggunakan garam beryodium, dan pemberian suplemen gizi sesuai anjuran petugas kesehatan, namun masih ada bayi yang tidak mengalami peningkatan berat badan.

Suplemen gizi yang diberikan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 51 tahun 2016 tentang Standar Produk Suplementasi Gizi, meliputi kapsul vitamin A, tablet tambah darah (TTD), makanan tambahan untuk ibu hamil, anak balita, dan anak usia sekolah, makanan pendamping ASI, dan bubuk multi vitamin dan mineral. Stimulasi pijat bayi belum dilakukan seluruhnya untuk mengatasi permasalahn ini. Berdasarkan beberapa paparan di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan balita stunting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian kuantitatif berupa penelitian quasi eksperimen. Desain penelitian yang digunakan adalah *quasi eksperimen* dengan rancangan *one group pre test dan post test design.* Populasi dalam penelitian ini adalah balita di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara yang berjumlah 50 balita wasting. *Teknik sampling* dengan *purposive sampling* sebanyak 15 responden dengan kriteria inklusi yaitu balita yang mengalami wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara dan bayi yang tidak mempunyai riwayat prematur, tidak ada kelaianan pencernaan, dan tidak sakit dalam 3 bulan terakir. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah checklist pijat bayi menurut Roesli Utami (2012) dan menggunakan lembar observasi. Uji analisis data menggunakan uji *wilcoxon.*

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2022 kepada 15 balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara dengan cara memberikan pijat bayi 2 kali seminggu selama 4 minggu dengan melakukan pengukuran pertumbuhan yaitu berat badan dan tinggi badan dengan hasil sebagai berikut:

1. Pertumbuhan balita wasting

Tabel 1. Hasil pengukuran pertumbuhan balita

No	Umur (bulan)	Jk	Pre (BB)	Pre (TB)	SD	Post (BB)	Post (TB)	SD
1	48	P	11	89cm	-1,16	13kg	92cm	-0,36
2	36	L	10kg	78cm	0,25	11kg	78cm	0,03
3	12	L	9,3kg	63cm	0,17	9,8kg	63cm	0,21
4	12	L	7,2kg	63cm	0,02	8,2kg	63,5cm	0,09
5	12	P	7 kg	69cm	-1,42	7,5kg	69cm	-0,71
6	17	P	8,7kg	64cm	0,12	8,7kg	64,5cm	0,1
7	10	L	5.5kg	50cm	0,27	6kg	50,5cm	0,36
8	50	L	13kg	99cm	-1,75	13,5kg	99,4cm	-1,41
9	36	L	9,5kg	91cm	-3,6	11 kg	92cm	-2,18
10	24	L	11 kg	86cm	-1	11kg	86,5cm	-1
11	12	P	8 kg	72cm	-0,04	8 kg	72cm	0,06
12	12	P	9,5kg	74cm	0,02	10,5kg	75cm	0,07
13	48	P	19kg	110cm	0,01	19,4kg	110,4cm	0,02
14	36	L	9,5kg	74cm	0,005	10kg	74,5cm	0,025
15	12	L	13kg	94cm	-1	13,7kg	94,3cm	-0,09

2. Pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara sebelum dilakukan pijat bayi.

Tabel 2. Pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara sebelum dilakukan pijat bayi.

Z skore	Median	SD	Minimal	Maksimal
Pre	0,0050	1,07	-2,18	0,36

Tabel 2. menunjukkan z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0050, standar deviasi 1,07 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 0,36.

3. Pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara sesudah dilakukan pijat bayi.

Tabel 3. Pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara sesudah dilakukan pijat bayi.

Z skore	Median	SD	Minimal	Maksimal
Post	0,0250	0,71	-2,18	2,54

Tabel 3. menunjukkan z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0250, standar deviasi 0,71 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 2,54.

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

4. Pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara

Tabel 4. Pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara

Z skore	Median	SD	p value
Pre	0,0050	1,07	0,010
Post	0,0250	0,71	
Selisih	0,02	0,36	

Tabel 4. menunjukkan hasil *p value* = 0,010 < α =0,05 sehingga disimpulkan Ha diterima yaitu ada pijat bayi terhadap pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara.

PEMBAHASAN

1. Pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara sebelum dilakukan pijat bayi.

Hasil penelitian menunjukkan z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0050, standar deviasi 1,07 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 0,36. Wasting merupakan masalah gizi yang sifatnya akut, sebagai akibat dari peristiwa yang terjadi dalam waktu yang tidak lama seperti kekurangan asupan makanan. Menurut kemenkes wasting ditandai dengan kurangnya berat badan menurut panjang/tinggi badan anak (BB/TB). Panjang badan digunakan untuk anak berumur kurang dari 24 bulan dan tinggi badan digunakan untuk anak berumur 24 bulan ke atas (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011).

Balita kurus atau wasting adalah suatu kondisi dimana balita menderita gangguan gizi dengan diagnosis ditegakkan berdasarkan penilaian tinggi badan per berat badan. Wasting merupakan suatu kondisi kekurangan gizi akut dimana BB anak tidak sesuai dengan TB atau nilai Z-score kurang dari -2SD (Standart Deviasi). Anak kurus merupakan masalah gizi yang sifatnya akut, sebagai akibat dari peristiwa yang terjadi dalam waktu yang tidak lama seperti kekurangan asupan makanan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2011).

Balita Wasting dapat diatasi dengan pijat bayi. Pijat bayi adalah suatu terapi atau seni perawatan kesehatan yang sudah lama dikenal oleh manusia dan merupakan pengobatan yang dipraktekan sejak awal manusia diciptakan ke dunia, karena prosesnya berhubungan dengan kehamilan dan kelahiran manusia. Manusia mengalami pengalaman pertama dipijat pada saat dilahirkan di dunia dengan adanya proses kelahiran dimana harus meninggalkan rahim yang hangat dan melewati jalan lahir yang sempit sehingga menimbulkan pengalaman traumatik dan kecemasan. Sentuhan dan pijat bayi yang dilakukan segera setelah lahir akan membuat bayi mempertahankan rasa aman setelah mendapat jaminan adanya kontak tubuh bayi (Andarwulan, 2021).

2. Pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara sesudah dilakukan pijat bayi.

Hasil penelitian menunjukkan z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0250, standar deviasi 0,71 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 2,54. Pemijatan dilakukan oleh peneiti 2 kali seminggu selama 4 minggu.

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Waktu terbaik untuk melakukan pemijatan menurut Roesli adalah pagi hari, di mana orang tua dan anak siap untuk menjalani segala aktivitas hari ini. Waktu kedua terbaik untuk melakukan pijat bayi menurut Roesli yaitu pada malam hari dan sebelum tidur,karena akan membuat bayi merasa rileks setelah beraktivitas seharian sehingga dapat tidur dengan nyenyak. Selain itu, Roesli juga menjelaskan sebelum memijat pastikan tangan pemijat bersih dan hangat, periksa kuku dan perhiasan untuk menghindari goresan pada kulit bayi, bayi sudah makan atau benar-benar tidak sedang lapar. Tetapi jangan memijat bayi segera setelah bayi selesai makan. Hal lain yang juga penting diperhatikan antara lain jangan membangunkan bayi hanya untuk dipijat, jangan memijat bayi yang sedang tidak sehat atau tidak mau dipijat, dan tidak boleh memaksakan posisi pijat tertentu pada bayi (Utami, 2004).

Peningkatan berat badan terjadi karena bayi yang dilakukan pemijatan rutin akan lebih cepat peningkatan berat badannya, hal ini sesuai dengan informasi yang didapatkan dari Ibu yang bayinya dilakukan intervensi pijat mengatakan bahwa anaknya sering lapar dan akhirnya frekuensi menyusui lebih sering daripada sebelum dilakukan pijat. Hal ini sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa bayi yang sering dilakukan pemijatan 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. Itulah yang menyebabkan mengapa bayi yang dilakukan pemijatan secara rutin akan lebih cepat terjadi peningkatan berat badannya dibanding yang tidak dipijat (Sugiharti et al., 2014)

Pijat bayi berbeda dengan pijat yang dilakukan terhadap orang dewasa. Perbedaan ini terletak pada besarnya tekanan yang diberikan. Pada pijat bayi biasanya lebih cenderung berupa sentuhan-sentuhan lembut, sehingga disebut juga stimulus touch. Sentuhan dan pandangan mata yang terjadi pada saat pijat bayi berlangsung dapat mengalirkan kasih sayang di antara keduanya yang merupakan dasar untuk meningkatkan rasa aman, mengurangi kecemasan, menciptakan hubungan emosi yang baik antara keduanya, dan meningkatkan kemampuan fisik (Utami, 2004).

Aktifitas pemijatan akan meningkakan aktifitas neorotransmitter serotin, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi meningkatkan glucocorticoid (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (hormon stres) penurunan kadar hormon stres ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG. Pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih leleap dan meningkatkan kesiagaan (*alertness*) atau konsentrasi. Hal ini dikarenakan pijatan yang baik dapat mengubah gelombang otak (Jackson, 2006). Pijatan pada bayi mampu merangsangmotorik, membantu proses tidur, mengurangi rasa cemas dan keluhan. Terjadi 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 (Pretty Dana Salsabila, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi yang telah saya lakukan, telah diketahui bahwa pijat bayi memberikan manfaat yang sangat besar terhadap pertumbuhan bayi terutama peningkatan berat badan bayi. Selain itu, bayi yang rutin diberikan pijat bayi

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

akan memiliki sistem imunitas yang lebih tinggi (bayi tidak gampang sakit) dan menunjukan sikap perkembangan motorik yang lebih cepat dibandingkan dengan bayi yang tidak diberikan pijat bayi. oleh karena itu, perlu adanya penerapan stimulasi bayi menggunakan pijat bayi agar pertumbuhan dan perkembangan bayi lebih optimal guna meningkatkan kualitas sumber daya manusuia yang unggul yang tercipta dan terasah pada 1000 hari pertama kehidupannya.

3. Pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara

Hasil penelitian menunjukkan hasil *p value* = 0,010 < α =0,05 sehingga disimpulkan Ha diterima yaitu ada pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara. Hal ini disebabkan pijat bayi dapat merangsang saraf *nervus vagus*, nama lain dari saraf *nevus vagus* adalah *pneumagastrik* yang bertanggung jawab untuk menginervasi perut dan paru-paru dan meningkatkan fungsi sensorik dan motorik lambung sehingga membuat pengosongan lambung lebih cepat dan membuat bayi jadi cepat lapar sehingga frekuensi konsumsi ASI meningkat yang dapat diartikan penyerapan nutrisinya lebih baik untuk meningkatkan berat badan.

Pijat akan meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Karena dengan pijatan akan merangsang pengikat enzim ODC (ornithine decarboxylase), suatu enzim yang menjadi petunjuk peka bagi pertumbuhan sel dan jaringan, merangsang keluar hormone pertumbuhan. Selain itu bayi yang dipijat 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. Itu sebabnya mengapa berat badan bayi yang dipijat meningkat lebih banyak daripada yang tidak dipijat (Prasetyono, 2013).

Penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan aktivitas nervus menyebabkan bayi cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu pada ibunya. Akibatnya, ASI akan lebih banyak diproduksi. Seperti diketahui, ASI akan semakin banyak diproduksi jika semakin banyak diminta. Selain itu, ibu yang memijat bayinya akan merasa lebih tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume ASI.

Pemijatan akan meningkatkan aktivitas neurotransmitter serotonin, yaitu meningkatkan sel reseptor yang berfungsi mengikat glukokortikoid (adrenalin, suatu hormone stress). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormone adrenalin(hormone stress). Penurunan kadar hormone stress ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama igM dan igG. Pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan (alertness) atau konsentrasi. Hal ini disebabkan pijatan dapat mengubah gelombang otak. Pengubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta tetha, yang dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (Electro Enchepalogram) (Utami, 2004).

Hasil penelitian ini juga didukung oleh Indrianingrum, I., & Puspitasari, I. didapatkan adanya peningkatan rata – rata berat badan pada kelompok intervensi sebesar 611,76 gram, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 471,88 gram. uji *Paired T - Test* mengenai perbedaan rata-rata peningkatan berat badan bayi sebelum (*pre-test*) dengan setelah (*post-test*) pada kelompok intervensi, didapatkan hasil

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

peningkatan rata-rata berat badan bayi sebesar 611,765 gram dengan ρ 0,000 < 0,05. yang artinya ada perbedaan peningkatan berat badan sebelum dan sesudah antara kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Ada pengaruh antara pijat dengan peningkatan berat badan bayi Di Klinik Norma Medika Mayong Tahun 2019

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Didapatkan hasil Z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0050, standar deviasi 1,07 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 0,36. Hasil Z skore balita wasting sebelum diberikan pijat bayi nilai median 0,0250, standar deviasi 0,71 dengan nilai minimal -2,18 dan maksimal 2,54. Secara keseluruhan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan balita wasting di Desa Bumiraya Kecamatan Abung Selatan Lampung Utara dengan p value = 0,010 < α=0,05.

Saran

Bagi orang tua: orangtua dapat memilih terapi pijat bayi yang dapat mencegah wasting dengan cara melakukan atau memijatkan balita yang dilakukan 2 kali seminggu selama 4 minggu. Bagi Bidan: Bidan disarankan melakukan terapi pijat bayi 2 kali seminggu selama 4 minggu untuk menaikkan berat badan dan panjang badan balita sehingga mampu menyeimbangkan tumbuh kembang balita di kemudian hari. Bagi Puskesmas: Puskesmas dapat menggunakan hasil penelitian sebagai kebijakan pelayanan bagi balita dalam meningkatkan berat badan balita dengan memberikan terapi pijat bayi dan dapat dimasukkan sebagai SOP pada penanganan bayi dan balita wasting di Puskesmas. Bagi peneliti lain: Peneliti lain diharapkan dapat lebih mengembangkan variabel-variabel dan mengkombinasikan pijat bayi dengan terapi lain yang dapat meningkatkan berat badan dan tinggi badan balita. Peneliti lain dapat meneliti dan menggunakan penelitian ini sebagai referensi untuk melakukan penelitian pada balita yang mengalami batuk pilek dengan membandingkan terapi non farmakologi lainnya.

DAFTAR PUSTAKA

Andarwulan, S. (2021). *Terapi Komplementer Kebidanan*. Guapedia.

Ayuningtyas, I. F. (2019). *Kebidanan Komplementer*. Pustaka Baru Press Yogyakarta. https://doi.org/978-602-376-258-3

Febriyanti, S. N. U., Nurlintan, D., & Hudhariani, R. N. (2020). The Benefits of Baby Gym on Development of Baby Age 6 Months. *Jurnal Kebidanan*, *10*(2), 98–102. https://doi.org/10.31983/jkb.v10i2.5814

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

Hidayat, A. A. (2005). *Pengantar Ilmu Keperawatan Anak I*. Salemba Medika Jakarta.

Irva, T. S., Hasanah, O., & Woferst, R. (2014). Pengaruh Terapi pijat terhadap berat badan bayi. *Jom Psik*, *1*(2), 9. https://jom.unri.ac.id/index.php/JOMPSIK/article/view/4142

Jackson, A. (2006). Foresight. In *Drugs and the Future: Brain Science, Addiction and Society* (pp. 7–10). https://doi.org/10.1016/B978-012370624-9/50005-0

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Kemenkes. (2018). Hasil Utama Riskesdas 2018. In *Kementerian Kesehatan Republik Indonesia*. Kementerian Kesehatan Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2011). Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia No. 1995/MENKES/SK/XII/2010 Tentang Standar Antropometri Penilaian Status Gizi Anak. In *Kementerian Kesehatan RI* (Vol. 95, Issue 4, pp. 458–465).

Prasetyono. (2013). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Safirah Yogyakarta.

Pretty Dana Salsabila. (2022). *Pengaruh Baby Massage Terhadap Pertumbuhan Pada Bayi Usia 3-5 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Jalan Gedang Kota Bengkulu Tahun 2022*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Bengkulu Program Studi Kebidanan Program Sarjana Terapan Kebidanan.

Septiningtyas, R., Febriyanti, S. N. U., & Dewi, M. M. (2022). Pengaruh Kombinasi Pijat Bayi Dengan Musik Klasik Mozart Terhadap Berat Badan Bayi Umur 2-6 Bulan Di Wilayah Puskesmas Bancak Kabupaten Semarang. *Prosiding Pekan Publikasi Ilmiah Mahasiswa*, *September*, 132–142.

Sugiharti, R. K., Suwondo, A., & Runjati. (2014). Pengaruh Frekuensi Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 1-3 Bulan (Studi Di Desa Karangsari Dan Purbadana Kecamatan Kembaran). *... : Jurnal Ilmu Dan ...*. http://ojs.stikesbhamadaslawi.ac.id/index.php/jik/article/view/90

Utami, R. (2004). *Pedoman Pijat Bayi Roesli Utami*.