

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN PADA BAYI PREMATUR DI RSUD SIDIKALANG

¹Heriaty Berutu, ²Rugun Togianur Lingga, ³Wiwik Dwi Arianti

^{1,2,3}Dosen Program Studi DIII Keperawatan Dairi, Poltekkes Kemenkes Medan, Indonesia

Email: ¹heriatyberutu07@gmail.com, ²ruguntogianurlingga@gmail.com

ABSTRAK

Bayi prematur adalah bayi yang lahir sebelum usia kehamilan 37 minggu. Umumnya, bayi prematur di Indonesia memiliki berat lebih kecil dari yang seharusnya dan memiliki risiko tinggi terhadap berbagai komplikasi kesehatan, termasuk gangguan pertumbuhan dan perkembangan, salah satunya adalah masalah kenaikan berat badan yang lambat. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi prematur di RSUD Sidikalang. Jenis penelitian korelasional dengan *one group pre-test and post-test design*. Populasi adalah bayi yang lahir prematur di Ruang Perinatologi RSUD Sidikalang dengan sampel 16 orang. Pengambilan sampel menggunakan Purposive sampling. Instrumen penelitian adalah alat-alat yang digunakan untuk pengumpulan data. Pengambilan data menggunakan SOP pijat bayi, peralatan pijat bayi, dan timbangan berat badan bayi serta lembar check list. Dan analisis statistik menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh terapi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi prematur dengan hasil uji Wilcoxon menunjukkan nilai $Z = -3,535$ dan $p = 0,000$ ($p < 0,00$). Kesimpulan: Terdapat pengaruh terapi pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi prematur. Terapi pijat bayi dapat dianggap sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dan aman untuk mendukung pertambahan berat badan bayi premature selama masa perawatan di fasilitas kesehatan. Penerapan terapi ini secara konsisten, terutama dalam minggu pertama kehidupan, berpotensi mempercepat proses pemulihan dan meningkatkan status gizi bayi prematur.

Kata Kunci: Berat Badan Bayi, Bayi Prematur, Pijat Bayi.

ABSTRACT

Premature babies are babies born before 37 weeks of gestation. Generally, premature babies in Indonesia weigh less than they should and have a high risk of various health complications, including growth and development disorders, one of which is the problem of slow weight gain. The purpose of this study was the effect of infant massage on weight gain in premature babies at Sidikalang Regional General Hospital. This type of research was a correlational study with a one-group pre-test and post-test design. The population was premature babies born in the Perinatology Room of Sidikalang Regional General Hospital with a sample of 16 people. Sampling used Purposive sampling. The research instruments were the tools used for data collection. Data collection used SOP for infant massage, infant massage equipment, and infant weight scales as well as checklist sheets. And statistical analysis used the Wilcoxon Signed Rank Test. The results of the study showed that there was an effect of infant massage therapy on weight gain in premature babies with the results of the Wilcoxon test showing a Z value = -3.535 and $p = 0.000$ ($p < 0.00$). Infant massage therapy can be considered an effective and safe non-pharmacological intervention to support weight gain in premature infants during care in healthcare facilities. Consistent application of this therapy, especially in the first week of life, has the potential to accelerate recovery and improve the nutritional status of premature infants.

Keywords: Infant Weight, Premature Babies, Infant Massage.

1. PENDAHULUAN

Bayi prematur, yaitu bayi yang lahir sebelum usia kehamilan mencapai 37 minggu, memiliki risiko tinggi terhadap berbagai komplikasi kesehatan, termasuk gangguan pertumbuhan dan perkembangan, salah satunya adalah masalah kenaikan berat badan yang lambat (World Health Organization (WHO), 2023). Berat badan lahir rendah dan imaturitas organ membuat

bayi prematur sangat bergantung pada intervensi medis maupun non-medis untuk mendukung tumbuh kembangnya. Salah satu indikator penting dari keberhasilan perawatan bayi prematur adalah tercapainya kenaikan berat badan yang optimal dalam waktu yang wajar (Altimier & Phillips, 2020).

Data WHO Lebih dari 80% dari total 2,5 juta bayi yang meninggal tiap tahun di seluruh dunia ialah mereka yang lahir dengan

bobot tubuh yang rendah, dan kelahiran prematur terjadi setiap tahun di Afrika dan Asia-Pasifik, dan menyebabkan kematian hampir satu juta bayi. Pada saat yang sama, negara-negara berpendapatan rendah mempunyai sekitar 12% kelahiran prematur, dibandingkan dengan 9% di negara-negara berpendapatan tinggi (Shanti, 2021) dan mayoritas kasus tersebut dilaporkan berasal dari negara dengan tingkat pendapatan minim dan menengah, termasuk Indonesia (Altimier & Phillips, 2020). Pada tahun 2019, Organisasi kesehatan dunia (WHO) mengatakan kisaran 900.000 anak meninggal yang disebabkan komplikasi kelahiran prematur dan memperkirakan pada tahun 2020 sejumlah 13,4 juta bayi lahir prematur (World Health Organization (WHO), 2023). Peningkatan angka kelahiran prematur dari tahun 2020 hingga 2021 sebesar 4% dan mengalami penurunan 1% pada tahun 2022 menjadi 10,4% (World Health Organization (WHO), 2023).

Persentase kelahiran prematur di Indonesia tergolong tinggi, berkisar 7-14%. Angka tersebut berbanding dibandingkan dengan negara berkembang lain yang umumnya berada di kisaran 5-9% dan 12. Di Indonesia, kelahiran bayi prematur juga menunjukkan angka yang signifikan. Berdasarkan estimasi Kementerian Kesehatan RI, sekitar 10–11% dari seluruh kelahiran merupakan kelahiran prematur, yang berarti sekitar 450.000 bayi prematur lahir setiap tahunnya (Kementrian Kesehatan RI, 2023). Menurut (Herman & Joewono, 2020), sekitar 70-80% kelahiran prematur terjadi karena persalinan preterm berkisar antara 40-50% dan 20 sampai 30% KPD, sementara insufisiensi serviks jarang terjadi di kondisi kelahiran prematur. Sedangkan sekitar 20-30% adalah iatrogenik yang disebabkan oleh kondisi yang mengancam kesehatan janin atau ibu, seperti plasenta abruptio, pertumbuhan janin yang tidak normal, preeklampsia, plasenta previa, serta kehamilan ganda.

Prevalansi berat badan lahir rendah sangat bervariasi di seluruh wilayah dari 7,2% di Daerah lebih maju hingga 17,3% di Asia (UNICEF, 2019). Menurut laporan data yang disampaikan pada 34 provinsi kepada Kesehatan Ibu dan Anak dan Direktorat Gizi, pada waktu 2021 di Indonesia, tercatat ada 3.632.252 bayi yang baru terlahir dan

dilaporkan telah ditimbang bobot tubuhnya, mencakup 81,8% dari total. Dari jumlah bayi yang ditimbang, terungkap bahwa (2,5%) 111.719 bayi BBLR (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Berat badan merupakan salah satu indikator utama untuk menilai status kesehatan bayi prematur. Kenaikan berat badan yang adekuat mencerminkan keberhasilan perawatan, status nutrisi yang baik, serta kematangan fungsi sistem tubuh bayi. Sebaliknya, gagal tumbuh atau kenaikan berat badan yang lambat dapat meningkatkan risiko komplikasi seperti hipoglikemia, hipotermia, gangguan tumbuh kembang, hingga kematian (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Masalah utama yang sering dihadapi oleh bayi prematur adalah kesulitan dalam mempertahankan dan meningkatkan berat badan. Kenaikan berat badan pada bayi prematur menjadi indikator penting dalam menilai keberhasilan perawatan, kematangan fungsi sistem pencernaan, dan kesiapan bayi untuk pulang dari rumah sakit. Berat badan yang tidak meningkat secara optimal akan meningkatkan risiko berbagai komplikasi seperti infeksi, gangguan tumbuh kembang, dan perpanjangan masa rawat inap (Marcdante et al., 2021).

Salah satu pendekatan non-farmakologis yang terbukti memberikan dampak positif terhadap kenaikan berat badan bayi prematur adalah pijat bayi. Pemberian terapi pijat bayi atau stimulasi taktil kinestetik dalam meningkatkan perkembangan neonatus BBLR menunjukkan plastisitas. Pijat dan elusan lembut pada kulit bayi sangatlah bermanfaat pada bayi-bayi BBLR. Pijat dapat meningkatkan berat badan bayi, meningkatkan keaktifan bayi, serta dapat membantu bayi sembuh dan keluar dari rumah sakit (Kusmini & Nurul, 2020).

Hasil penelitian (Lestari et al., 2022) di RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta membandingkan pengaruh gentle touch terhadap berat badan bayi prematur di ruang perinatologi. Hasilnya menunjukkan adanya peningkatan berat badan secara bermakna pada kelompok intervensi dibandingkan kelompok kontrol selama 7 hari pemberian terapi. Sama halnya penelitian yang dilakukan (Wang et al., 2023) yang mencakup 17 RCT menyimpulkan bahwa terapi pijat bayi secara signifikan

meningkatkan berat badan, mempercepat transisi ke pemberian ASI eksklusif, dan memperpendek masa rawat inap bayi prematur.

Hasil studi pendahuluan pada tanggal 12 April 2025 di RSUD Sidikang menunjukkan data tahun 2024, kelahiran bayi premature adalah 25 bayi dan hasil wawancara dengan perawat untuk perawatan bayi prematur lebih berfokus keperawatan farmakologi, belum menerapkan perawatan nonfarmakologi. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi prematur di RSUD Sidikalang.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan jenis penelitian korelasional dengan *one group pre-test and post-test design*, dimana pada penelitian ini membandingkan hasil pijat bayi pada bayi premature terhadap kenaikan berat badan pada kelompok intervensi yang sampelnya di observasi terlebih dahulu sebelum diberi perlakuan kemudian setelah diberikan perlakuan sampel tersebut di observasi kembali (Nursalam, 2015). Observasi yang dilakukan adalah berat badan bayi, kondisi fisiologis bayi, dan kepatuhan terhadap SOP.

Populasi adalah totalitas dari setiap elemen yang akan diteliti yang memiliki ciri sama, bisa berupa individu dari suatu kelompok, peristiwa, atau sesuatu yang akan diteliti (Handayani, 2020). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh bayi premature yang di rawat di ruangan perinatologi Rumah Sakit Sidikalang.

Sampel adalah bagian atau elemen dari populasi yang diharapkan dapat mewakili karakteristik populasi tersebut (Polit & Beck, 2010). Penentuan sampel penelitian ini menggunakan aplikasi G-Power versi 3.1.9.4 dengan merujuk penelitian sebelumnya untuk mendapat nilai effect size. Peneliti menggunakan penelitian yang dilakukan (Du et al., 2024) tentang “*The effect of baby touch on premature infants*” didapatkan nilai effect size 0.85. Selanjutnya dientri ke aplikasi G-Power versi 3.1.9.7 dengan uji-T, *one tail*, effect size 0.85, alpha error 0.05, dan power 0.80, sehingga diperlukan minimal 14 ditambah kemungkinan error 10%, maka responden yang dibutuhkan dalam penelitian ini berjumlah 16 orang.

Setiap sesi pijat bayi dilakukan selama ± 15 –20 menit per bayi, sesuai SOP pijat bayi. Pijat bayi dilakukan 1 kali sehari, secara rutin selama periode penelitian. Intervensi pijat dilakukan oleh peneliti dan/atau perawat yang sudah terlatih serta mengikuti SOP pijat bayi yang berlaku di RSUD Sidikalang.

Adapun SOP yang digunakan SOP yang digunakan, meliputi: 1. Persiapan alat (alas bersih, minyak pijat bayi/ baby oil, timbangan bayi). 2. Cuci tangan, gunakan sarung tangan bila diperlukan. 3. Pijat dilakukan pada posisi bayi terlentang dan tengkurap, meliputi area wajah, dada, tangan, perut, punggung, dan kaki. 4. Gerakan pijat dilakukan lembut, teratur, dengan tekanan ringan menyesuaikan kondisi bayi prematur. 5. Observasi tanda vital bayi selama intervensi. 6. Akhiri dengan menenangkan bayi dan memastikan kenyamanan.

Evaluasi kenaikan berat badan yang digunakan, meliputi: 1. Timbangan bayi digital dengan kalibrasi standar. 2. Waktu Pengukuran: a. Pre-test (sebelum intervensi): Berat badan bayi diukur sebelum dilakukan pijat pertama. b. Post-test (setelah intervensi): Berat badan diukur setiap hari setelah pijat, serta dievaluasi total setelah periode intervensi selesai. Data dicatat pada lembar checklist penelitian. Analisis Data pre dan post intervensi dibandingkan menggunakan uji statistik (*Wilcoxon Signed Rank Test*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

3.1 Hasil

Bab ini menguraikan tentang hasil penelitian yang terdiri dari gambaran umum tempat penelitian, hasil analisa univariat yaitu karakteristik responden penelitian dan analisa bivariat adalah hasil analisa data untuk memaparkan kenaikan berat badan pada bayi prematur sebelum dan sesudah tindakan pijat bayi.

Analisa Univariat

Karakteristik Responden Penelitian

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Usia Bayi Prematur (n=16)

No	Umur (Hari)	(F)	(%)
1.	7	4	25
2.	8	8	50
3.	9	4	25
Total		16	100

Berdasarkan tabel 1, diketahui bahwa distribusi usia bayi prematur yang menjadi

responden dalam penelitian ini terdiri dari tiga kelompok usia, yaitu 7 hari, 8 hari, dan 9 hari. Responden terbanyak berada pada kelompok usia 8 hari, sebanyak 8 bayi atau 50% dari total responden. Sementara itu, masing-masing kelompok usia 7 hari dan 9 hari memiliki jumlah yang sama, yaitu 4 bayi atau 25%.

Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Bayi Prematur (n=16)

No	Jenis Kelamin	Jumlah	Presentase
1.	Laki-laki	6	37.5
2.	Perempuan	10	62.5
Total		16	100

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa dari total 16 responden, mayoritas adalah bayi prematur jenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 10 orang (62,5%). Sementara itu, bayi laki-laki berjumlah 6 orang (37,5%).

Tabel 3. Distribusi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Kehamilan (n=16)

No	Usia Kehamilan	(F)	(%)
1	32 Minggu (Sangat Prematur)	2	12, %
2	33-36 minggu (Prematur Sedang)	8	50%
3	37-38 Minggu (Prematur Akhir)	6	37, %
Total		16	100,0%

Tabel 4. Karakteristik Berat Badan Responden Sebelum dan Sesudah Terapi Pijat Bayi (n=16)

No	Berat Badan	Sebelum Intervensi		Setelah Intervensi	
		F	%	F	%
		Mean : 1.00	SD : 0,342	Mean : 1.13	SD: 0.000
1	BBLR (1500 – 2500 gram)	14	87.5	16	100
2	BBLSR (1000 – 1500gram)	2	12.5	0	0
	Total	16	100	16	100

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh data mengenai distribusi berat badan responden sebelum dan sesudah diberikan terapi pijat pada bayi prematur sebanyak 16 responden. Sebelum intervensi, sebagian besar bayi termasuk dalam kategori BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) yaitu antara 1500–2500 gram, sebanyak 14 bayi atau 87,5%. Sementara itu, terdapat 2 bayi (12,5%) yang termasuk dalam kategori BBLSR (Berat Badan Lahir Sangat Rendah), yaitu dengan berat badan antara 1000–1500 gram.

Hasil Analisa Bivariat

Pada penelitian ini dianalisa membandingkan nilai mean pretest dan

Berdasarkan tabel 3 diperoleh data bahwa sebagian besar responden merupakan bayi prematur dengan usia kehamilan 33–36 minggu (prematur sedang), yaitu sebanyak 8 responden atau 50% dari total responden. Selanjutnya, bayi dengan usia kehamilan 37–38 minggu (prematur akhir) berjumlah 6 responden atau 37,5%, sedangkan bayi dengan usia kehamilan 32 minggu (sangat prematur) berjumlah 2 responden atau 12,5%.

Karakteristik Kenaikan Berat Badan Sebelum dan Sesudah Pijat Bayi

Hasil dari penelitian yang telah dilaksanakan di ruang perinatologi RSU. Sidikalang salah satunya adalah mendeskripsikan kenaikan berat badan sebelum dan sesudah pijat bayi p dapat dilihat pada pada tabel berikut ini:

posttest dengan menggunakan uji analisa statistik wilcoxon signed rank test. Berikut akan ditunjukkan perbedaan berat badan sebelum dan sesudah terapi pijat bayi yang dapat dilihat pada tabel berikut ini.

Tabel 5. Perbedaan kenaikan Berat Badan Pada Bayi Prematur Sebelum dan Sesudah Pijat Bayi (n=16)

No	Berat Badan	N	Z	Nilai p-Value
1	Negative Ranks	0	-3.535	0.000
2	Positive Ranks	14		
3	Ties	2		

Tabel 5 menunjukkan hasil analisis perbedaan kenaikan berat badan sebelum dan

setelah dilakukan pijat bayi di RSUD. Sidikalang dengan jumlah responden sebanyak 16 orang. Hasil uji statistik *wilcoxon signed ranks test* menunjukkan bahwa dari 16 responden, sebanyak 14 orang (87,5%) mengalami peningkatan berat badan setelah intervensi (positive ranks), tidak ada yang mengalami penurunan berat badan (negative ranks = 0), dan hanya 2 orang (12,5%) menunjukkan tidak ada perubahan (ties). Nilai $Z = -3,535$ dan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara berat badan sebelum dan setelah diberikan pijat bayi. Artinya, program intervensi ini efektif menaikkan berat badan pada bayi prematur.

3.2 Pembahasan

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan usia bayi prematur yang menjadi responden dalam penelitian ini terdiri dari tiga kelompok usia, yaitu 7 hari, 8 hari, dan 9 hari. Responden terbanyak berada pada kelompok usia 8 hari, sebanyak 8 bayi atau 50% dari total responden. Sementara itu, masing-masing kelompok usia 7 hari dan 9 hari memiliki jumlah yang sama, yaitu 4 bayi atau 25%. Usia ini merupakan masa awal kehidupan yang sangat kritis bagi bayi prematur, karena sistem tubuh mereka masih dalam tahap adaptasi terhadap

lingkungan ekstrasuterin. Pada fase ini, intervensi yang mendukung regulasi fisiologis dan perkembangan, seperti pijat bayi, menjadi sangat penting (Field, 2021). Oleh karena itu, penanganan yang tepat dan intervensi dini, seperti terapi pinat bayi atau stimulasi sensorik lainnya, sangat dianjurkan dalam usia ini untuk mendukung stabilitas dan pertumbuhan bayi. Menurut studi (Wang et al., 2023), pemberian stimulasi melalui pijat bayi pada minggu pertama kehidupan terbukti memberikan dampak positif pada peningkatan berat badan, kestabilan denyut jantung, serta pengurangan masa rawat inap pada bayi prematur. Hal ini juga dikonfirmasi oleh penelitian (Mollà-Casanova et al., 2023) yang menyatakan bahwa usia paling efektif untuk memberikan intervensi sensorik adalah pada 5–10 hari pertama setelah lahir, saat sistem saraf bayi mulai menunjukkan peningkatan respons terhadap rangsangan luar.

Distribusi usia pada penelitian ini menunjukkan bahwa penelitian telah dilakukan pada waktu yang tepat secara fisiologis, yaitu saat bayi sangat membutuhkan dukungan eksternal untuk mempertahankan homeostasis dan tumbuh optimal. Dengan demikian, data ini memperkuat bahwa usia bayi prematur sangat relevan dalam menentukan waktu pemberian intervensi terapi.

Data jenis kelamin menunjukkan jenis kelamin perempuan, yaitu sebanyak 10 orang (62,5%). Sementara itu, bayi laki-laki berjumlah 6 orang (37,5%). Data usia kehamilan bahwa sebagian besar responden merupakan bayi prematur dengan usia kehamilan 33–36 minggu (prematum sedang), yaitu sebanyak 8 responden atau 50% dari total responden. Selanjutnya, bayi dengan usia kehamilan 37–38 minggu (prematum akhir) berjumlah 6 responden atau 37,5%, sedangkan bayi dengan usia kehamilan 32 minggu (sangat prematur) berjumlah 2 responden atau 12,5%. Temuan ini sesuai dengan laporan (World Health Organization (WHO), 2023) bahwa sebagian besar bayi prematur di dunia lahir pada usia kehamilan 32–37 minggu. Bayi pada kelompok usia ini masih memiliki risiko komplikasi, terutama terkait berat badan, namun memiliki potensi perkembangan yang baik jika mendapat perawatan yang adekuat termasuk terapi sensorik seperti pijat atau sentuhan (Wang et al., 2023).

Karakteristik Kenaikan Berat Badan Sebelum dan Sesudah Pijat Bayi

Berdasarkan penelitian menunjukkan distribusi berat badan responden sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi pada bayi prematur sebanyak 16 responden. Sebelum intervensi, sebagian besar bayi termasuk dalam kategori BBLR (Berat Badan Lahir Rendah) yaitu antara 1500–2500 gram, sebanyak 14 bayi atau 87,5%. Sementara itu, terdapat 2 bayi (12,5%) yang termasuk dalam kategori BBLSR (Berat Badan Lahir Sangat Rendah), yaitu dengan berat badan antara 1000–1500 gram. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Novryanti, 2024) menunjukkan bahwa diperoleh nilai rata-rata berat badan bayi prematur yang didapatkan dari 16 responden pada pengukuran setelah (post-test) adalah sebesar 2069,22 gram.

Penelitian Field mengungkapkan bayi yang mengalami terapi pijat bayi akan mengalami peningkatan berat badan melalui peningkatan aktivitas nervus vagus yang merangsang motilasi gastrik dan produksi hormon gastrin dan insulin. Hal ini membuat penyerapan nutrisi lebih maksimal sehingga berat bayi mengalami peningkatan (Field, 2021).

Pijat bayi dapat ditafsirkan sebagai salah satu bahasa sentuhan yang memiliki manfaat secara positif bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pijat terkhususnya untuk bayi prematur dapat menjadi hal yang negatif dan menyakitkan sehingga sang bayi takut disentuh. Padahal, pijat menjadi kebutuhan dasar manusia. Hal ini menjadi hal yang penting sehingga sentuhan yang positif yakni pijat bayi perlu diperkenalkan sedini mungkin kepada bayi prematur (Yunengsih, 2021). Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi yang penting. Ada berbagai jenis stimulasi, termasuk visual, pendengaran, sentuhan, bahasa, sosial, dan lainnya. Pijat bayi dapat meningkatkan sirkulasi darah sehingga suplai oksigen ke seluruh tubuh menjadilebih teratur. Selain itu, pijat juga dapat meningkatkan stimulasi perkembangan otot dan pertumbuhan sel. Pijat bayi adalah salah satu jenis stimulasi taktil, yang merupakan rangsangan sensori paling penting untuk perkembangan bayi yang optimal (Lestari et al., 2022).

Menurut Rini Sekartin, pijatan pada bayi mampu merangsang motorik, 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 sertamampu meningkatkan hormon gastrin dan insulin yang berperan dalam penyerapan makanan sehingga berat badan bayi naik lebih cepat (Amru et al., 2022). Pijatan juga dapat meningkatkan kadar serotonin, yang berdampak positif pada pertumbuhan fisik bayi, termasuk kemampuan mengontrol lengan. Pijatan mempengaruhi sistem saraf dari tepi hingga pusat, dengan tekanan pada reseptor saraf kulit yang menyebabkan pelebaran vena, arteri, dan kapiler. Ini mengurangi penyempitan, merileksasikan otot tegang, menurunkan detak jantung, dan meningkatkan gerakan usus. Akibatnya, kebutuhan nutrisi meningkat, memungkinkan

organ tumbuh secara optimal, terutama sistem motorik, yang pada gilirannya meningkatkan kemampuan bayi untuk mengontrol lengannya (Winarsih et al., 2022).

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Bayi Prematur

Hasil penelitian menunjukkan dengan uji statistik Wilcoxon Signed Ranks Test menunjukkan bahwa dari 16 responden, sebanyak 14 orang (87,5%) mengalami peningkatan berat badan setelah intervensi (positive ranks), tidak ada yang mengalami penurunan berat badan (negative ranks = 0), dan hanya 2 orang (12,5%) menunjukkan tidak ada perubahan (ties). Nilai $Z = -3,535$ dan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$) mengindikasikan bahwa terdapat perbedaan yang sangat signifikan antara berat badan sebelum dan setelah diberikan pijat bayi. Artinya, program intervensi ini efektif menaikkan berat badan pada bayi prematur.

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (Novryanti, 2024) dimana hasil penelitian menunjukan terdapat pengaruh terapi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi prematur. Hal ini didukung oleh data yang menunjukan adanya peningkatan berat badan bayi setelah diberikan perlakuan terapi pijat bayi dengan mean 1947,06 gram menjadi 2069,22 gram. Hasil Penelitian ini juga sejalan dengan pendapat (Eka Sudiarti & Ariesta, 2022) bahwasanya teknik pijat bayi dapat menjadi suatu treatment alternatif terbaik dan terjangkau untuk meningkatkan berat badan bayi. Hal ini dikarenakan bayi yang diberikan pijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke-10), yang berakibat padakenaikan kadar enzim gastrin dan insulin sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik.

Pijat bayi atau dalam hal ini pemijatan dapat memberikan perubahan fisiologis yang bermanfaat dan bisa diukur secara ilmiah, antara lain mengukur kadar saliva, kadar hormon/eatecholamine air seni, dan pemeriksaan Electro Encephalogram (gambaran gelombang otak). Pijat bayi yang dilakukan rutin setiap berguna dalam memelihara kesehatan bayi. Keuntungan lainnya, pijat bayi dinilai lebih murah, mudah, dan biasa dilaksanakan di Indonesia sehingga bukan merupakan suatu hal baru bagi budaya masyarakat (Latifah et al., 2023).

Pijat bayi dapat memberikan efek biokimia, efek fisik serta efek klinis terhadap tubuh bayi. Bayi dapat mengembangkan kemampuan berkomunikasi, mengurangi stress, rasa sakit ataupun nyeri (Purwanti & Listiyaningsih, 2021). (Kasmawati & Jumrana, 2024) juga memaparkan bahwa setelah diberikan pijat, bayi menjadi lebih tenang, tidak rewel karena lelah yang dialami, sehingga bayi dapat tidur lebih nyenyak. Hal ini dapat terjadi dikarenakan pijat bayi dapat menurunkan kadar hormon stress bayi serta meningkatkan tingkat imunitas tubuh sehingga bayi tidak mudah terserang penyakit yang dapat memberikan efek negatif terhadap tumbuh kembang bayi sehingga berat badannya akan meningkat.

Pemberian pijat bayi secara rutin dapat membuat suplai saraf parasimpatis dihantarkan melalui abdomen melalui saraf vagus yang berada disaraf kepala kesepuluh menghantarkan fungsi keorgan seperti bagian dada dan perut, stimulasi yang terjadi pada saraf vagus membuat lambung mengeluarkan hormon gastrin, hormon gastrin membuat pengeluaran insulin, asam khidroklorida, pepsinogen, enzim pancreas, mucus serta peningkatan aliran pada empedu hati dan merangsang motilitas lambung (relaksasi semestara) sehingga volume pada lambung dapat bertambah dengan sangat mudah tanpa peningkatan tekanan, hingga ketika makanan yang sampai ke duodenum merangsang pengeluaran cholecystokini yang akan merangsang motilitas usus sehingga mempermudah pencampuran, pendorongan makanan dan membuat penyerapan nutrisi menjadi lebih baik, selain itu peningkatan motilitas lambung membua bayi sering lapar dan menyusu lebih sering (Bangun & Sinaga, 2021).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi prematur, diperoleh kesimpulan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah diberikan intervensi yang menunjukkan bahwa pijat bayi efektif dalam kenaikan berat badan pada bayi prematur.

Dengan demikian, pijat bayi dapat dianggap sebagai salah satu intervensi nonfarmakologis yang efektif dan aman untuk mendukung pertambahan berat badan

bayi premature selama masa perawatan di fasilitas kesehatan. Penerapan terapi ini secara konsisten, terutama dalam minggu pertama kehidupan, berpotensi mempercepat proses pemulihan dan meningkatkan status gizi bayi prematur.

SARAN

Hasil penelitian ini dapat mengintegrasikan materi tentang pijat bayi sebagai bagian dari intervensi keperawatan neonatal dalam kurikulum pembelajaran. Hal ini penting agar mahasiswa keperawatan memiliki pengetahuan dan keterampilan praktis sejak dini mengenai intervensi nonfarmakologis yang terbukti efektif, seperti pijat bayi.

REFERENCES

- Altimier, L., & Phillips, R. M. (2020). Neonatal Integrative Developmental Care Model: Advanced Clinical Applications of the Seven Core Measures for Neuroprotective Family-Centered Developmental Care. *Newborn and Infant Nursing Reviews*, 20(3), 100–112.
<https://doi.org/10.1016/j.nainr.2020.100112>
- Amru, D. E., Haryati, S. D., & Aziz, H. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi di Klinik Zada Care. *Healthcaring: Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 1(1), 68–75.
<https://doi.org/https://doi.org/10.47709/healthcaring.v1i1.1342>
- Bangun, P., & Sinaga, R. (2021). Efektifitas Pemijatan Pada Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3- 5 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Tapan Dolok Kabupaten Simalungun. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Dan Lingkungan Hidup*, 6(1), 71–77.
<https://doi.org/https://doi.org/10.51544/jkmlh.v6i1.1990>
- Du, Q., Zhu, H., Guo, M., Yang, Q., Yang, H., & Ma, Y. (2024). effect of baby touch on premature infants. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 40(10), 2256.
- Eka Sudiarti, P., & Ariesta, M. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Anak Usia 0-12 Bulan Di Desa Ridan Permai Tahun 2021. *Jurnal Ners*, 6(23), 61–66.

- <https://doi.org/https://doi.org/10.31004/jn.v6i1.4023>
- Field, T. (2021). Massage therapy research review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 42, 101291. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2020.101291>
- Handayani. (2020). *Metode Penelitian Kualitatif & Kuantitatif*. Pustaka Ilmu.
- Herman, S., & Joewono, H. T. (2020). *Buku Acuan Persalinan Kurang Bulan (Prematur)*. Kendari: Yayasan Avicenna Kendari.
- Kasmawati, & Jumrana. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Umur 3 Bulan di Rumah Sakit Wisata UIT Kota Makassar. *Jurnal Ventilator*, 2(2), 181–210. <https://doi.org/https://doi.org/10.59680/ventilator.v2i2.1340>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *PROFIL KESEHATAN INDONESIA TAHUN 2021*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. <https://www.kemkes.go.id/downloads/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Profil-Kesehatan-2021.pdf>
- Kementrian Kesehatan RI. (2023). *Upaya Pencegahan Bayi Lahir Prematur*. Kementrian Kesehatan RI. <https://kemkes.go.id/id/upaya-pencegahan-bayi-lahir-prematur>
- Kusmini, S., & Nurul, M. (2020). *Loving Baby Massage and Spa*. Surabaya: Universitas Muhammadiyah Surabaya.
- Latifah, A., Osyida, D. A. C., Waroh, Y. K., Setiawandari, S., & Sumiati, S. (2023). Pelatihan Akupresure Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak Sebagai Upaya Pencegahan Stunting Di Desa Krembung Kecamatan Krembung. *Jurnal LENTERA*, 2(2), 264–270. <https://doi.org/https://doi.org/10.57267/entera.v2i2.208>
- Lestari, P. W., Widodo, Y., & Rahmawati, D. (2022). Pengaruh gentle touch terhadap peningkatan berat badan bayi prematur di ruang perinatologi. *Jurnal Keperawatan Anak Indonesia*, 5(2), 123–130.
- Marcadante, K. J., Kliegman, R., Jenson, H. B., & Behrman, R. E. (2021). *Nelson Ilmu Kesehatan Anak Esensial*. Singaperer: Elsevier Health Sciences.
- Mollà-Casanova, S., Sempere-Rubio, N., Muñoz-Gómez, E., Aguilar-Rodríguez, M., Serra-Añó, P., & Inglés, M. (2023). Effects of massage therapy alone or together with passive mobilisations on weight gain and length of hospitalisation in preterm infants: Systematic review and meta-analysis. *Early Hum Dev*, 182. <https://doi.org/10.1016/j.earlhumdev.2023.105790>
- Novryanti, S. (2024). Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Prematur. *Jurnal Health Society*, 13(2), 148–155.
- Nursalam. (2015). *Metodologi Ilmu Keperawatan* (Edisi Empa). Jakarta: Salemba Medika.
- Polit, & Beck, P. (2010). *Essential of Nursing Research: methods, apraisal, and utilization* (Sixth Edit). Philadelphia: Lippincot Williams & Wilkins.
- Purwanti, S., & Listiyaningsih, M. D. (2021). Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Ibu Nifas Tentang Pijat Oksitosin di Puskesmas Bergas. *Journal of Holistics and Health Science*, 3(1), 11–20. <https://doi.org/https://doi.org/10.35473/jhhs.v3i1.63>
- Shanti, H. D. (2021). *Indeks Pembangunan Manusia RI duduki peringkat 130 dunia*. Antara Kantor Berita Indonesia. <https://www.antaranews.com/berita/3289171/bkkbn-indeks-pembangunan-manusia-ri-duduki-peringkat-130-dunia>
- UNICEF. (2019). *Status Anak Dunia*. UNICEF.
- Wang, L., Zhang, Y., & Liu, J. (2023). The effect of massage therapy on weight gain and hospital stay in preterm infants: A meta-analysis of randomized controlled trials. *International Journal of Nursing Studies*, 11. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2022.104207>
- Winarsih, B. D., Hartini, S., Lestari, D. T., Yusianto, W., & Faidah, N. (2022). Pijat Bayi Dan Perawatan Metode Kanguru Sebagai Upaya Peningkatan Berat Badan Pada BBLR. *Jurnal Pengabdian Kesehatan*, 5(2), 101–110. <https://doi.org/https://doi.org/10.31596/jpk.v5i2.210>
- World Health Organization (WHO). (2023). *Preterm Birth*.



- <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth>
- Yunengsih, Y. (2021). Pengaruh Pijat BBLR terhadap berat badan pada Bayi dengan BBLR di Ruang Perinatonologi RSU Provinsi Jampang Kulon Kabupaten Sukabumi. *Jurnal Health Society*, 12(2), 54–65.

