

**Efektivitas Pijat Bayi terhadap Penambahan Berat Badan Bayi  
Usia 6-12 Bulan dengan Masalah Berat Badan  
di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang Tahun 2023**

**Wiwit Desi Intarti\*, Maysaroh Suharningsih, Lenny Irmawaty Sirait**

Email: [meiisuharningsih@gmail.com](mailto:meiisuharningsih@gmail.com)

Prodi Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medistra Indonesia

Jl. Cut Mutia Raya No. 88A Sepanjangjaya Bekasi

Telp: (021) 82431375

**Abstrak**

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi. Pengukuran berat badan merupakan pengukuran yang terpenting dalam memeriksa bayi atau balita. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektivitas Pijat Bayi terhadap Penambahan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan. Metode Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode quasi eksperimental. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest posttest*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling* yaitu menggunakan keseluruhan populasi yaitu sebanyak 25 orang. Instrumen penelitian yang digunakan adalah timbangan bayi digital dan lembar observasi yaitu kuesioner data demografi. Hasil Penelitian data yang diperoleh menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata berat badan yang sebelumnya memiliki rata-rata 6.57 menjadi 7.02. Sebanyak 25 orang (100%) mengalami peningkatan perkembangan berat badan. Dengan penarikan kesimpulan uji T dengan syarat  $p < 0.05$ . Kesimpulan ini menunjukkan bahwa ada efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan di PMB M Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang Tahun 2023.

**Kata kunci:** pijat bayi; penambahan; berat badan.

**DOI:**

[10.37402/jurbidhip.vol11.iss2.277](https://doi.org/10.37402/jurbidhip.vol11.iss2.277)

**Riwayat artikel:**

Diterima

2023-08-06

Direvisi

2024-08-08

Diterbitkan

2024-08-16

*Wiwit Desi Intarti\**  
*Maysaroh Suharningsih*  
*Lenny Irmawaty Sirait*

**Abstract**

*Growth and development in infants is inseparable from the concept of growth and development. Body weight is the most important anthropometric measurement and is most often used in infants. Weight measurement is the most important measurement in examining a baby or toddler. Objective: The purpose of this study was to determine the effectiveness of infant massage on weight gain in infants aged 6-12 months. Methods: This research is a quantitative research using quasi-experimental methods. The research design used in this study was one group pretest posttest. The sampling technique used in this study was Total Sampling, which used the entire population of 25 people. The research instrument used was digital baby scales and observation sheets, namely demographic data questionnaires. Results: The results of the data obtained showed that there was an increase in the average body weight which previously had an average of 6.57 to 7.02. As many as 25 people (100%) experienced an increase in weight development. With the conclusion of the T test with  $p < 0.05$ . conclusion The results of this study indicate that there is an effect before and after giving baby massage for 7 interventions on increasing the weight of infants aged 6- 12 months at PMB M Karyabakti Village, Batujaya District, Karawang in 2023.*

**Keywords:** *baby massage; baby's weight.*

## 1. Pendahuluan

Masa bayi merupakan tahapan dimana pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat, dimulai dari bayi itu lahir hingga nanti berusia 1 tahun. Usia perkembangan bayi terbagi menjadi 2 yaitu, bayi baru lahir hingga berusia 28 hari dan bayi dari 29 hari hingga 12 bulan.<sup>(1)</sup>

Berbagai penyakit infeksi dapat dicegah dengan meningkatkan imunitas bayi melalui pijat bayi yang dapat merangsang nafsu makan bayi sehingga bayi akan menghisap ASI lebih banyak yang akan mengoptimalkan pemenuhan kebutuhan gizi bayi.

Bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan *tonus nervus vagus* (saraf otak ke 10) yang membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin meningkat sehingga penyerapan sari makanan menjadi lebih baik, penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu bayi akan lebih sering menyusu.<sup>(2)</sup>

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Berat badan merupakan ukuran antropometri yang terpenting dan paling sering digunakan pada bayi. Pengukuran berat badan merupakan pengukuran yang terpenting dalam memeriksa bayi atau balita.<sup>(3)</sup>

Penambahan berat badan dikaitkan dengan berat badan ideal, berat badan normal, berat badan biasa, dan berat badan sekarang (BBS). Perubahan tersebut penting dicatat untuk mengetahui apakah seseorang mempunyai risiko mengalami malnutrisi.<sup>(4)</sup> Pertumbuhan adalah perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu

yang masing-masing berbeda, sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam kemampuan motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan.<sup>(5)</sup>

Pijat bayi dapat menjaga kesehatan dan mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Namun tanpa teknik pijatan yang benar, pijat bayi justru membahayakan, bahkan dapat menimbulkan kematian pada bayi. Hingga saat ini belum semua dukun bayi memahami teknik pijat bayi yang benar. Sering dijumpai, kepala bayi menjadi obyek pijatan. Selain itu seringkali teknik pijatan bayi hampir sama dengan pijatan ibu bayi karena menjadi satu dengan paket pertolongan persalinan.

Manfaat pijat bayi umumnya bayi yang mendapat pijatan secara teratur akan lebih rileks dan tenang. Melalui sentuhan pijatan terhadap jaringan otot, peredaran darah dapat meningkat makin lancar, ataupun posisi otot dapat dipulihkan dan diperbaiki otomatis dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh dengan sebaik-baiknya.<sup>(2)</sup>

Pijat bayi dipercaya dapat menjaga kesehatan dan mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Namun tanpa teknik pijatan yang benar, pijat bayi justru membahayakan, bahkan dapat menimbulkan kematian pada bayi. Hingga saat ini belum semua dukun bayi memahami teknik pijat bayi yang benar. Sering dijumpai, kepala bayi menjadi obyek pijatan. Selain itu seringkali teknik pijatan bayi

hampir sama dengan pemijatan ibu bayi karena menjadi satu dengan paket pertolongan persalinan.

Manfaat dari pijat bayi mekanisme dasarnya (fisiologi), yang terjadi antara lain karena Beta endorfin memengaruhi mekanisme pertumbuhan, aktivitas nervus vagus memengaruhi mekanisme penyerapan makanan, aktivitas nervus vagus meningkatkan volume ASI, produksi serotonin meningkatkan daya tahan tubuh dan pemijatan dapat mengubah gelombang pada otak.<sup>(2)</sup>

Selain manfaat di atas terdapat manfaat lain seperti meningkatkan berat badan, meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lebih lelap, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, meningkatkan produksi ASI.<sup>(2)</sup>

Berdasarkan *survey* data awal hasil penimbangan berat badan bayi di PMB Ny. M yang terletak di Desa Karyabakti Kec. Batujaya Karawang, terdapat 25 bayi yang tercatat melakukan penimbangan rutin dan hasilnya hanya terdapat 10 bayi atau sekitar 40% yang mengalami kenaikan berat badan, sisanya 15 bayi atau sekitar 60% bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Rata-rata ibu bayi tersebut tidak mengetahui dan tidak pernah melakukan cara perawatan kesehatan bayi dengan stimulasi pertumbuhan bayi dengan menggunakan pijat bayi.

Berdasarkan uraian peneliti tertarik untuk melakukan penelitian

yang bertujuan dari peneliti ini adalah untuk mengetahui karakteristik bayi usia 6-12 bulan di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang, mengetahui gambaran berat badan bayi usia 6-12 bulan sebelum pemijatan di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang, mengetahui peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang, mengetahui Efektivitas Pijat Bayi terhadap Penambahan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan.

## 2. Metode Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode quasi eksperimental. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *one group pretest posttest*.

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh pasien di PMB M Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang yang menjalani prosedur pijat bayi usia 6-12 bulan dengan status gizi buruk/bawah garis pada bulan Januari 2023 sebanyak 25 orang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Total Sampling* yaitu menggunakan keseluruhan populasi yaitu sebanyak 25 orang.

## 3. Hasil dan Pembahasan

Pada analisa univariat akan disimpulkan distribusi dari masing masing variabel independen dan variabel dependen, dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
<b>Usia (bulan)</b>		
6-8	5	20
8-10	14	56
10-12	6	24
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>
<b>Jenis Kelamin</b>		
Laki-Laki	13	52
Perempuan	12	48
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>
<b>Berat Badan (kg)</b>		
4-6	5	20
6-8	20	80
<b>Total</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

Berdasarkan Tabel 1 menyatakan responden yang berusia 6-8 bulan sebanyak 5 responden (20%), usia 8-10 bulan sebanyak 14 responden (56%) dan usia 10-12 bulan sebanyak 6 responden (24%). Kemudian untuk karakteristik jenis kelamin laki-laki

sebanyak 13 responden (52%) dan perempuan sebanyak 12 responden (48%). Karakteristik berat badan menunjukkan berat badan 4-6 kg sebanyak 5 responden (20%) dan memiliki berat badan 6-8kg sebanyak 20 responden (80%)

Tabel 2 Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan di PMB M Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang Tahun 2023

	N	Mean	Min	Max	Std Dev	Rata-Rata Peningkatan BB	Sig. (2-tailed)
<i>Pretest</i>	25	6.57	5.40	7.54	0.571	0.45	0.001
<i>Posttest</i>	25	7.02	5.71	8.20	0.629		

Berdasarkan Tabel 2 menyatakan sesuai dengan penarikan kesimpulan uji T dengan syarat  $p < 0.05$  maka  $H_a$  diterima dan didapatkan hasil tingkat signifikansi 0.001 yang artinya signifikasi pada level  $0.001 < 0.05$ . Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat efektifitas pemberian pijat bayi selama 7 kali intervensi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan di PMB M Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang Tahun 2023.

**A. Gambaran Tempat Penelitian**

PMB Maysaroh Suharningsih merupakan tempat praktek mandiri bidan yang memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak di sekitar wilayah kelurahan Karyabakti Batujaya Kota Karawang. PMB ini sudah berdiri sejak tahun 2020 oleh seorang bidan yang bernama Maysaroh Suharningsih, A.Md.Keb.. PMB ini berlokasi Desa Merakan RT 07 RW 04 Karyabakti Karawang, Jawa Barat. PMB ini penting keberadaannya untuk masyarakat sekitar untuk mendapatkan pelayanan kesehatan Ibu dan Anak yang dapat dijangkau oleh masyarakat menengah

kebawah maka PMB Maysaroh Suharningsih berupaya memberikan pelayanan yang terbaik yang dibutuhkan masyarakat.

Fasilitas pelayanan yang diberikan pada PMB tersebut merupakan pelayanan kesehatan Ibu dan Anak yang meliputi: pemeriksaan pranikah, pemeriksaan kehamilan, pelayanan USG, pelayanan persalinan, pelayanan nifas, pelayanan kontrasepsi, pelayanan konseling, pelayanan pijat bayi, rujukan dan lain-lain. PMB ini buka setiap hari selama 24 jam.

## **B. Pembahasan**

Penelitian ini dilaksanakan di PMB Maysaroh Suharningsih. Pengumpulan data serta penyebaran kuesioner dilaksanakan mulai Februari-Maret 2023. Responden dalam penelitian ini adalah bayi usia 6-12 bulan di PMB Maysaroh Suharningsih Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang

### **1) Karakteristik bayi usia 6-12 bulan di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang**

Berdasarkan Tabel 1 menyatakan responden yang berusia 6-8 bulan sebanyak 5 responden (20%), usia 8-10 bulan sebanyak 14 responden (56%) dan usia 10-12 bulan sebanyak 6 responden (24%). Kemudian untuk karakteristik jenis kelamin laki-laki sebanyak 13 responden (52%) dan perempuan sebanyak 12 responden (48%). Karakteristik berat badan menunjukkan berat badan 4-6 kg sebanyak 5 responden (20%) dan memiliki berat badan 6-8 kg sebanyak 20 responden (80%). Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan Marni (2019),

karakteristik bayi berdasarkan jenis kelamin<sup>(6)</sup>.

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa jenis kelamin responden lebih banyak berjenis kelamin laki-laki yaitu sebesar 53,3%. Masa pacu tumbuh laki-laki lebih besar daripada perempuan. Pada Usia bayi laki-laki cenderung mempunyai tumbuh kembang yang lebih baik.

Dari hasil penelitian pada 25 responden didapatkan mayoritas usia responden adalah 8-10 bulan, mayoritas berjenis kelamin laki-laki dan mayoritas memiliki berat badan 6-8 kg.

Penelitian yang dilakukan kepada bayi usia 6-12 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat.<sup>(7)</sup> Hal ini terjadi karena hormon stres pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat. peningkatan nafsu makan lebih sedikit dan 3 bayi dengan nafsu makan tetap, dengan demikian pengaruh semakin sering bayi dipijat dengan frekuensi yang teratur, peningkatan nafsu makan bayi akan terus baik

### **2) Gambaran berat badan bayi usia 6-12 bulan sebelum pemijatan di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang**

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan gambaran berat badan bayi usia 6-12 bulan sebelum pemberian intervensi adalah sebagai berikut BB minimal 5.4 kg BB maksimal

8.2 kg dan rata-rata BB sebelum pemijatan 6.57 kg.

Pada masa bayi balita berat badan digunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik maupun status gizi, kecuali terdapat kelainan klinis seperti dehidrasi, asites, edema, dan adanya tumor. Selain itu, berat badan dapat digunakan sebagai dasar perhitungan dosis obat dan makanan.<sup>(8)</sup>

Berat badan adalah indikator untuk menilai hasil peningkatan atau penurunan semua jaringan yang ada pada tubuh (tulang, otot, lemak, cairan tubuh) sehingga akan diketahui status gizi anak atau tumbuh kembang anak. Berat badan juga dapat juga sebagai menghitung dosis obat.<sup>(3)</sup>

**3) Peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang**

Peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan intervensi kepada responden adalah sebagai berikut BB by. A naik 0.68 kg, by.L naik 0.31 kg, by.F naik 0.42 kg, by.G naik 0.57 kg, by.S naik 0.33 kg, by.D naik 0.35 kg, by.H naik 0.4 kg, by.E naik 1.27 kg, by. R naik 0.49 kg, by.N naik 0.29 kg, by.S naik 0.61 kg, by.N naik 0.37 kg, by.K naik 0.4 kg, by.I naik 0.37 kg, by.W naik 0.49 kg, by.C naik 0.48 kg, by.H naik 0.32 kg, by.M naik 0.27 kg, by.R naik 0.46 kg, by.S naik 0.37 kg, by.H naik 0.46 kg, by. L naik 0.29 kg, by.K naik 0.56 kg, by.B naik 0.25 kg dan by.D naik 0.32 kg.

Pada masa pertumbuhan berat badan bayi dibagi menjadi dua, yaitu 0–6 bulan dan usia 6–12 bulan. Usia 0–6 bulan

pertumbuhan berat badan akan mengalami penambahan setiap minggu sekitar 140–200 gram dan berat badannya akan menjadi dua kali berat badan lahir pada akhir bulan ke-6.<sup>(9)</sup> Sedangkan pada usia 6–12 bulan terjadi penambahan setiap minggu sekitar 25–40 gram dan pada akhir bulan ke-12 akan terjadi penambahan tiga kali lipat berat badan lahir. Pada masa bermain terjadi penambahan berat badan sekitar empat kali lipat dari berat badan lahir pada usia kurang lebih 2,5 tahun serta penambahan berat badan setiap tahunnya adalah 2–3 kg. pada masa pra sekolah dan sekolah akan terjadi penambahan berat badan setiap tahunnya kurang lebih 2–3 tahun.<sup>(3)</sup>

**4) Efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan dengan masalah berat badan**

Berdasarkan hasil penelitian di PMB M Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang yang menjalani prosedur pijat bayi usia 6-12 bulan dengan status gizi buruk/bawah garis pada bulan Januari 2023 sebanyak 25 orang. Responden dilakukan pemijatan selama 15 menit seminggu dua kali selama tujuh kali perlakuan.

Proses penelitian dilaksanakan dengan penimbangan awal berat badan bayi saat sebelum bayi mendapatkan perlakuan pijat dan penimbangan selanjutnya dilakukan setiap setelah pemberian pijat bayi, sehingga hasil peningkatan berat badan bayi dapat diketahui apakah

terdapat kenaikan, stagnan atau terjadi penurunan.

Hasil observasi menunjukkan perbandingan berat badan sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi yaitu terjadi peningkatan rata-rata berat badan yang sebelumnya memiliki rata-rata 6.57 menjadi 7.02. Sebanyak 25 orang (100%) mengalami peningkatan perkembangan berat badan. Persentase responden yang berusia 6-8 bulan sebanyak 5 responden (20%), usia 8-10 bulan sebanyak 14 responden (56%) dan usia 10-12 bulan sebanyak 6 responden (24%). Kemudian untuk karakteristik jenis kelamin laki-laki sebanyak 13 responden (52%) dan perempuan sebanyak 12 responden (48%). Karakteristik berat badan menunjukkan berat badan 4-6 kg sebanyak 5 responden (20%) dan memiliki berat badan 6-8 kg sebanyak 20 responden (80%).

Hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa terjadi peningkatan rata-rata berat badan yang sebelumnya memiliki rata-rata 6.57 kg menjadi 7.02 kg sebanyak 25 orang (100%) mengalami peningkatan perkembangan berat badan.

Hasil analisis menggunakan uji *T test* dengan syarat  $p < 0.05$  menunjukkan tingkat signifikansi 0.001 yang artinya signifikasi pada level 0.001, lebih rendah dari 0.05. Maka  $H_0$  diterima dan  $H_a$  ditolak sehingga dalam penelitian ini menunjukkan bahwa ada efektifitas sebelum dan sesudah pemberian pijat bayi selama 7 kali intervensi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan di

PMB M Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang Tahun 2023.

Hasil tersebut sesuai bahwa bayi yang dipijat secara teratur sejak lahir sering memperoleh peningkatan berat badan yang lebih cepat dari yang lainnya, dia beranggapan bahwa mungkin karena pijatan merangsang produksi hormon-hormon pertumbuhan.<sup>(2)</sup>

Hasil penelitian tersebut dipertegas oleh para pakar yang telah membuktikan bahwa terapi sentuh dan pijat pada bayi memberikan banyak manfaat. Terapi sentuh, terutama pijat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah, antara lain pengukuran kadar ludah, kadar hormon/eatecholamine air seni, dan pemeriksaan EEG. Pijat bayi secara rutin memang berguna untuk mempertahankan kesehatan bayi.<sup>(10)</sup>

Bayi yang dipijat mengalami peningkatan *tonus nervus vagus* (saraf otak ke 10), ini membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin naik sehingga penyerapan makanan lebih baik. Penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu akibatnya produksi ASI akan lebih banyak dan berat badan bayi cepat naik. Bayi yang dipijat juga mengalami penurunan kadar *hormone stress* karena pijatan pada bayi dapat membuat bayi lebih tenang, tidak mudah rewel karena capek sehingga bayi dapat tidur lebih nyenyak. Pijatan juga dapat membuat bayi mengalami peningkatan daya tahan tubuh

sehingga bayi tidak gampang sakit maka pertumbuhan bayi tidak akan terganggu dan berat badannya akan meningkat.<sup>(11)</sup>

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang menunjukkan rata-rata perubahan berat badan pada bayi usia 6–12 bulan setiap minggu pada kelompok perlakuan yaitu 101 gram, artinya terjadi penambahan 2-4 kali lipat dari berat badan bayi yang tidak dipijat. Bayi usia 6–12 bulan terjadi penambahan setiap minggu sekitar 25–40 gram dan pada akhir bulan ke-12 akan terjadi penambahan tiga kali lipat berat badan lahir.<sup>(12–14)</sup>

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Subarto berdasarkan distribusi frekuensi karakteristik responden kelompok eksperimen berat badan sebelum pemijatan menunjukkan bahwa mayoritas responden mempunyai berat badan antara 4010-5000 gram dengan jumlah 6 bayi yaitu dengan persentase 40%.<sup>(9,15)</sup>

Penelitian yang dilakukan kepada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat.<sup>(7)</sup> Hal ini terjadi karena hormon stres pada bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat.

Peneliti berasumsi dari hasil penelitian dan beberapa penelitian yang sejenis, menunjukkan bahwa pijat bayi terbukti efektif dalam meningkatkan berat badan. Pijat

akan menstimulasi enzim-enzim yang ada diperutnya sehingga penyerapan nutrisi dalam tubuh bayi akan lebih optimal.

Pijat bayi memiliki berbagai manfaat yang signifikan untuk kesehatan dan perkembangan bayi. Salah satu manfaat utamanya adalah membantu penambahan berat badan. Pijat dapat merangsang sistem pencernaan bayi, meningkatkan sirkulasi darah, dan meningkatkan penyerapan nutrisi, yang semuanya berkontribusi pada peningkatan berat badan yang sehat.<sup>(16–19)</sup> Selain itu, pijat juga bermanfaat untuk sistem kekebalan tubuh bayi. Pijatan lembut pada tubuh bayi dapat merangsang produksi sel darah putih, yang berperan penting dalam melawan infeksi dan penyakit. Dengan rutin melakukan pijat, bayi dapat mengalami peningkatan kekuatan imunitas, yang membantu melindungi mereka dari berbagai penyakit dan infeksi di masa awal kehidupan mereka. Oleh karena itu, pijat bayi bukan hanya sebuah aktivitas yang menyenangkan, tetapi juga sebuah investasi penting dalam kesehatan jangka panjang bayi. Berdasarkan hasil penelitian, pijat bayi terbukti memiliki manfaat signifikan dalam meningkatkan nafsu makan, yang pada gilirannya berkontribusi pada peningkatan berat badan bayi.<sup>(20,21)</sup> Studi yang diterbitkan dalam jurnal "Pediatric Research" menunjukkan bahwa pijat bayi secara teratur dapat merangsang saraf vagus, yang berperan dalam fungsi pencernaan dan regulasi nafsu makan.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa bayi yang rutin dipijat mengalami peningkatan nafsu makan dan konsumsi makanan yang lebih baik dibandingkan dengan bayi yang tidak dipijat. Peningkatan nafsu makan ini menyebabkan penambahan berat badan yang lebih optimal pada bayi yang dipijat. Temuan ini diperkuat oleh penelitian lain yang dipublikasikan dalam "Journal of Perinatology" yang menyatakan bahwa pijat bayi meningkatkan aktivitas enzim pencernaan, yang membantu dalam penyerapan nutrisi dan mendukung pertumbuhan berat badan yang sehat.<sup>(22-24)</sup> Dengan demikian, pijat bayi tidak hanya memberikan kenyamanan dan relaksasi, tetapi juga berperan penting dalam mendukung kesehatan dan perkembangan bayi secara keseluruhan .

#### 4. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian tentang pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 6-12 bulan di PMB M Desa Karyabakti Kec Batujaya Karawang Tahun 2023 pada 25 responden, maka ditarik kesimpulan sebagai berikut: Karakteristik bayi usia 6-12 bulan di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang yang berusia 8-10 bulan sebanyak 14 responden (56%). Kemudian untuk karakteristik jenis kelamin laki-laki sebanyak 13 responden (52%). Dan Karakteristik berat badan menunjukkan yang memiliki berat badan 6-8 kg sebanyak 20 responden (80%). Gambaran berat badan bayi usia 6-12 bulan sebelum pemijatan di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang adalah BB minimal 5.4

kg BB maksimal 8.2 kg dan rata-rata BB sebelum pemijatan 6.57 kg. Terdapat Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Penambahan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan di PMB M Desa Karyabakti Kecamatan Batujaya Karawang dengan nilai *p value*  $0.001 < 0.05$ .

#### 5. Daftar Pustaka

- [1] WHO. Angka Kematian Ibu dan Angka Kematian Bayi. 2018.
- [2] Roesli U. Pedoman Pijat Bayi. Jakarta: Trubus Agriwidya; 2018.
- [3] Maryunani. Asuhan Bayi dengan Berat Badan Lahir Rendah (BBLR). Jakarta; 2015.
- [4] Arisman. Buku Ajar Ilmu Gizi. Jakarta: EGC; 2015.
- [5] Adriana. Tumbuh Kembang & Terapi Bermain Pada Anak. Jakarta: Salemba Medika; 2015.
- [6] Marni. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan pada Bayi. J Kebidanan Indones. 2019;
- [7] Primanta A. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi. Makassar: Universitas Hasanuddin; 2016.
- [8] Supriasa. Penilaian Status Gizi. Ed. Revisi. Jakarta: EGC; 2015.
- [9] Subarto CB. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Gondomanan Yogyakarta. 2017.
- [10] Prasetyono. Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta: Buku Biru; 2017.

- [11] Susila I. Pengaruh Teknik Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-7 Bulan di BPS Ny.Aida Hartatik Desa Dlanggu Kecamatan Deket Kabupaten Lamongan. J Midpro. 2018;
- [12] Baratawidjaja. Hubungan Antara Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0-3 Bulan di Pondok Bersalin Desa Balak Siaga Cawas Klaten Tahun 2016. 2016.
- [13] Dewi. Pijat dan Asuhan Gizi Tepat. Yogyakarta: Pustaka Baru Press; 2016.
- [14] Julianti. Rahasia Baby Spa. Jakarta: Writepreneur Club; 2017.
- [15] Mariyani. Hubungan Pijat Bayi dengan Kenaikan Berat Badan. ISSN; 2017.
- [16] NR Harahap. Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. J Kesehat Prima. 2019;
- [17] Suntin, Halimah N BF. Pengaruh Pemijatan Pada Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi. J Media Keperawatan Politek Kesehat Makassar. 11.
- [18] Seman Y W. Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Usia 6-12 Bulan Terhadap Kenaikan Berat Badan Di Puskesmas Pattingalloang Makassar. J Kesehat Lentera Acitya. 7.
- [19] Carolin BT, Syamsiah S KM. Pijat Bayi Dapat Meningkatkan Berat Badan Bayi. J Kebidanan. 6:383-7.
- [20] Lestari K, Nurbadlina F, Wagiyono JM. The Effectiveness of Baby Massage in Increasing Infant's Body Weight. J Public health Res. 2021;10(1):2332.
- [21] Surtinah N AS. Benefits of Massage for Infants Aged 3 to 5 Months. Heal Notions. 2.
- [22] Vitrianingsih, Cardoso SD KS. The Effect of Baby Massages On Baby's Weight In Pratama Kusuma Medisca Clinic in Wates, Yogyakarta. Healthy and Active Ageing. International Respati Health Conference (IRHC); 2019.
- [23] Dewi N, Soetjningsih EPP. Effect of Massage Stimulation on Eeight Gain in Full Term Infants. Paediatr Indones. 51.
- [24] Anggarini I, R Andriani, C Purwanti LS. The Effect of Infant Massage on Infant Weight Gain. Sci Res. 2019;27.