

PENGARUH MESSAGE BAYI TERHADAP PENINGKATAN FREKUENSI MENYUSUI DAN BERAT BADAN BAYI PADA USIA 1-6 BULAN

Influence Of Infant Massage On Increasing Breastfeeding Frequency And Baby Weight t 1-6 Months

Rasdiana¹; Yonathan Ramba¹; Andi Halimah¹; Tiar Erawan¹; Siti Nurul Fajriah¹; Suharto^{1*}

¹ Jurusan Fisioterapi Poltekkes Makassar

*corresponding author

ABSTRAK

Latar Belakang: Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan, massage dapat mendorong pertumbuhan yang sehat dan memainkan peran penting dalam perkembangan mental, fisik, sistem sirkulasi darah dan kekebalan bayi. Salah satu indikator terpenting dalam menilai pemenuhan nutrisi pada bayi adalah dengan memperhitungkan berat badan. Masa bayi antara usia 0-12 bulan, merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Metode : Penelitian ini adalah penelitian pre experimental dengan desain The One Group Pretest-Posttest Design, merupakan salah satu bentuk penelitian dimana pemilihan subjek penelitian dilakukan secara non-random, dan tidak memiliki control group atau comparison group bertujuan Untuk mengetahui apakah ada pengaruh massage bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi pada usia 1 – 6 bulan di Puskesmas Sudiang Raya Makassar, dengan besar sampel sebanyak 10 orang yang memenuhi kriteria sampel Inklusi dan eksklusi pada kelompok perlakuan.

Hasil : Hasil berdistribusi normal sehingga dilakukan uji data dengan uji Paired Sample T-test. Berdasarkan uji t pada frekuensi menyusui diperoleh ASI pre test dan post test sebesar $p=0,589 > \alpha=0,05$, dan $p=0,709 > \alpha=0,05$ berdistribusi normal dan berat badan pre test dan post test sebesar $p=0,886 > \alpha=0,05$, dan $p=0,959 > \alpha=0,05$ berarti berdistribusi normal Berdasarkan analisis tabel diatas diperoleh pre test dan post test frekuensi menyusui dan berat badan bayi dengan nilai $p(\text{Sig. 2-tailed})$ adalah $p=0,000 < \alpha=0,05$ yang berarti bahwa H_1 diterima dan H_0 ditolak sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara pre test dan post test yang artinya terdapat pengaruh massage bayi terhadap frekuensi menyusui dan berat badan bayi pada usia 1-6 bulan di Puskesmas Sudiang Raya.

Kesimpulan: Kesimpulan penelitian ini adalah Peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi usia 1-6 bulan sangat signifikan setelah diberikan massage.

Kata Kunci: Massage bayi, Frekuensi Menyusui ASI, Berat Badan Bayi

PENDAHULUAN

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Salah satu indikator terpenting dalam menilai pemenuhan nutrisi pada bayi adalah dengan memperhitungkan berat badan (Zulhaida, 2003). Masa bayi antara usia 0-12 bulan, merupakan masa emas untuk

pertumbuhan dan perkembangan bayi. Oleh karena itu, masa ini merupakan kesempatan yang baik bagi orang tua untuk mengupayakan tumbuh kembang bayi secara optimal. Upaya yang dapat dilakukan orang tua untuk mencapai hal tersebut adalah melalui pola asuh makan yang baik untuk mencapai status nutrisi yang optimal (Mutiara dan Ruslianti, 2007).

Seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan dan teknologi, para pakar Ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara

ilmiah bahwa terapi sentuhan dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan sendiri oleh orang tua bayi terhadap peningkatan produksi ASI dan kenaikan berat badan bayi. Karena pemberian ASI sangat penting bagi pertumbuhan dan perkembangan optimal baik fisik maupun mental dan kecerdasan bayi. Oleh karena itu pemberian ASI perlu mendapatkan perhatian ibu dan tenaga kesehatan agar proses menyusui dapat terlaksana dengan baik. Sesuai Undang-Undang Kesehatan No. 36 tahun 2009 tentang pemberian ASI eksklusif. Secara nasional, cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia berfluktuasi dan menunjukkan kecenderungan menurun. Laporan SUSENAS tercatat cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi 0-6 bulan turun dari 34,3% (2009) menjadi 33,6% (2010), demikian juga laporan Riskesdas (2010) menyatukan terjadinya penurunan proporsi pemberian ASI eksklusif 0 - 5 bulan. Pada usia 0 bulan 39,8% mendapat ASI eksklusif menurun menjadi 32,5% (usia 1 bulan), 30,7% (usia 2 bulan), 26,3% (usia 3 bulan), 25,2% (usia 4 bulan) dan menjadi 15,3% pada usia 5 bulan.4 Berdasarkan data tersebut menunjukkan bahwa cakupan pemberian ASI eksklusif di Indonesia masih dibawah target (80%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Sudiang Raya Makassar 6 bulan terakhir terdapat sekitar 64 bayi.

Berkeanaan dengan hal di atas, penanganan secara nonfarmakologis terhadap peningkatan nafsu makan bayi sangat diperlukan untuk membantu meningkatkan berat badan bayi dan mencegah terjadinya kurang gizi pada bayi. Salah satu cara yang dapat diperkenalkan dan aman bagi bayi adalah pijat bayi. Pijat bayi adalah bagian dari terapi sentuhan yang dilakukan pada bayi sehingga dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan, mempertahankan perasaan aman pada bayi dan mempererat tali kasih orang tua dengan bayi (Roesli, 2009:19). Berdasarkan uraian masalah di atas maka rumusan masalah penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh massage bayi terhadap frekuensi menyusui dan peningkatan berat badan bayi pada usia 1-6 bulan di Puskesmas Sudiang Raya ?". Adapun tujuan

dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui apakah ada pengaruh massage bayi terhadap peningkatan berat badan bayi pada usia 1 – 6 bulan di Puskesmas Sudiang Raya.

PROSEDUR DAN METODE

Jenis Penelitian

Penelitian ini adalah pre experimental dengan The One Group Pretest-Posttest Design. Salah satu bentuk penelitian dimana pemilihan subjek penelitian dilakukan secara non-random, dan tidak memiliki control group atau comparison group yang memenuhi kriteria sampel Inklusi dan eksklusi pada kelompok perlakuan.

Populasi dan Sampel

Populasi penelitian adalah semua bayi yang berumur 1 – 6 bulan yang berada di Puskesmas Sudiang Raya Makassar.

Sampel penelitian ini adalah bayi yang berumur 1 – 6 bulan yang berada di Puskesmas Sudiang Raya sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi dalam pengambilan sampel.

Kriteria inklusi :

1. Bayi Umur 1 – 6 bulan
2. Bayi dengan kondisi sehat
3. Bayi yang memperoleh ASI tanpa makanan pendamping hingga 6 bulan
4. Ibu bayi yang bersedia menjadi responden

Kriteria eksklusi :

1. Bayi yang sedang mengalami sakit seperti panas tetapi bila sakitnya terjadi selama proses penelitian, bayi tersebut akan tetap dijadikan responden.
2. Bayi yang cacat organ.
3. Orang tua tidak bersedia menjadi responden

Besar Sampel

Berdasarkan pengambilan sampel secara purposive sampling dengan ditentukan oleh kriteria sampel inklusi dan eksklusi maka diperoleh besar sampel sebanyak 10 orang.

Prosedur Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan pada awal penelitian dan akhir penelitian sebagai data pre test pada bayi dengan pengukuran kuesioner frekuensi menyusui dan timbangan bayi. Adapun prosedur pengukurannya yaitu:

1. Alat yang digunakan : timbangan dan kuesioner

2. Prosedur pelaksanaan
 - a. Menyediakan timbangan, kertas dan alat tulis
 - b. Memberitahukan ibu bayi tentang prosedur yang akan dilakukan
 - c. Mengatur timbangan sehingga jarum menunjukkan angka nol dan seimbang
 - d. Menganjurkan ibu bayi untuk menaruh bayinya diatas timbangan
 - e. Membaca berat badan bayi
 - f. Mengisi kuesioner yang telah disediakan

Prosedur Pelaksanaan Intervensi

1. Tungkai. Mulailah memberi pijatan dari tungkai atau pangkal paha hingga ke bawah. Area ini dianggap kurang sensitif sehingga bagus untuk memulai sebuah pijatan. Tuang sedikit minyak ke telapak tangan, lalu gosok-gosok hingga terasa hangat di tangan Anda. Setelah itu mulai pijat lembut bagian paha ke arah bawah dan turun ke area betis. Setelahnya Anda bisa mulai memijat punggung kakinya dengan gerakan memutar. Anda dapat memberi sedikit usapan saat memijat bagian pergelangan kaki sampai ke jari kaki. Kemudian beralihlah ke bagian telapak kakinya. Gunakan ibu jari Anda saat memijat area ini. Terakhir, Anda bisa memijat jari-jemarinya. Ambil tiap jari memakai ibu jari dan jari telunjuk Anda, lalu tarik dengan lembut. Lakukan pada kesepuluh jarinya.
2. Lengan. Usai memijat bagian tungkai, beralihlah ke bagian lengan. Mulai pijatan dari lengan bagian atas hingga ke pergelangan tangannya. Sesampainya di pergelangan tangan, putar lembut bagian ini beberapa kali. Lalu pijat telapak tangannya memakai ibu jari Anda. Akhiri sesi ini dengan memijat lembut jari-jemarinya.
3. Dada. Letakkan kedua tangan Anda di atas jantung si Kecil. Lalu pijat lembut ke arah luar dan tekan lembut dadanya dengan telapak tangan Anda. Ulangi gerakan ini beberapa kali. Kemudian, letakkan satu tangan Anda di bagian atas dadanya, lalu pijat lembut ke arah paha.
4. Punggung. Posisikan si Kecil dalam keadaan tengkurap, kemudian pijat area

tulang belakang leher hingga bokong memakai ujung jari Anda. Akhiri pijat bayi ini dengan pijatan panjang dari bahu hingga kakinya. Setelah itu, Anda bisa memakaikan popok dan baju serta memeluknya. Usai dipijat, si Kecil mungkin akan terlelap dengan cepat.

5. Wajah. Posisi si kecil dalam keadaan terlentang, kemudian pijat bagian muka menggunakan ujung jari dengan tekanan ringan.

Hipotesis Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah penelitian, maka hipotesis pada penelitian ini adalah “Ada pengaruh pemberian massage bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi pada usia 1-6 bulan”

Analisa Data

Dalam menganalisis data penelitian yang akan diperoleh, maka peneliti akan menggunakan beberapa uji statistik sebagai berikut :

1. Uji statistik deskriptif, untuk memaparkan karakteristik sampel berdasarkan usia dan jenis kelamin.
2. Uji normalitas data, menggunakan uji Shapiro Wilk untuk mengetahui data berdistribusi normal ($p > 0,05$) atau tidak berdistribusi normal ($p < 0,05$).
3. Uji analisis komparatif (uji hipotesis), hasil uji normalitas data menunjukkan data berdistribusi normal maka digunakan uji statistik parametrik yaitu uji paired t.

HASIL PENELITIAN

Berdasarkan tabel 1 diperoleh nilai rerata frekuensi menyusui bayi yaitu pre test sebesar $9,8 \pm 2,74$ dan post test sebesar $19,5 \pm 0,85$. Sedangkan nilai rerata berat badan bayi diperoleh pre test sebesar $4,75 \pm 1,08$ dan post test sebesar $6,87 \pm 1,12$. Hal ini menunjukkan adanya perubahan rerata frekuensi menyusui dan berat badan bayi setelah diberikan intervensi massage bayi

Tabel 2 diperoleh hasil uji normalitas data dengan Shapiro-Wilk test yaitu nilai $p > 0,05$ sebelum intervensi dan sesudah intervensi baik pada frekuensi menyusui bayi maupun berat badan bayi, yang berarti bahwa data berdistribusi normal

Tabel 3 dengan uji statistik Paired t-sample diperoleh nilai $p < 0,05$ yang berarti bahwa Massage bayi dapat memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan frekuensi menyusui dan berat badan bayi pada bayi usia 1 – 6 bulan.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian berdasarkan uji Paired t sample menunjukkan bahwa setelah pemberian massage bayi terjadi peningkatan yang signifikan yaitu berada pada kategori baik. Hal ini terlihat dari skor rata-rata sebesar 19,5 dari 10 responden yang diteliti.

Hasil penelitian berdasarkan pengukuran berat badan yang dilakukan pada 10 responden menunjukkan bahwa berat rata-rata bayi 1-6 bulan sebelum pemberian massage bayi adalah 4,75. Kemudian, setelah pemberian massage bayi terjadi peningkatan berat badan bayi, hal ini dapat dilihat dari rata-rata berat badan bayi yang diperoleh adalah 6,87. Jadi dapat dilihat bahwa ada pengaruh massage bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui ASI dan berat badan bayi usia 1-6 bulan.

Penelitian tentang pengaruh massage bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi juga dilakukan oleh Radiarjuni (2008), dengan judul pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi di Kecamatan Barru Kabupaten Barru, berlangsung selama 3 bulan dengan jumlah responden sebanyak 30 orang yang terbagi menjadi 15 orang sebagai kelompok perlakuan dan 15 orang sebagai kelompok control, menemukan bahwa ada pengaruh massage bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian pijat bayi dapat menghasilkan peningkatan frekuensi permintaan ASI dengan nilai $p < 0,05$ dan berat badan bayi dengan nilai $p < 0,05$.

Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh Evi Erlan (2012), yang berjudul pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi di Rumah Sakit Ibu dan Anak Sitti Khadijah 1 Makassar tahun berlangsung selama 2 bulan dengan jumlah responden sebanyak 20 orang yang

terbagi menjadi 10 orang sebagai kelompok perlakuan dan 10 orang sebagai kelompok kontrol, menemukan bahwa ada pengaruh massage bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi. Hasil menunjukkan frekuensi menyusui bayi yaitu 10-12x perhari.

Ada pengaruh massage bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi dikarenakan pemijatan pada bayi akan merangsang nervus vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltic usus untuk mengosongkan lambung, dengan begitu bayi cepat lapar sehingga masukan ASI akan meningkat. Saraf ini juga merangsang peningkatan produksi enzim, sehingga penyerapan nutrisi meningkat. Nutrisi yang diserap akan ikut dalam peredaran darah yang juga meningkat oleh potensial aksi saraf simpatis. Selain itu peningkatan distribusi mikro dan makro nutrien akan membantu peningkatan metabolisme organ dan sel sehingga ada penyimpanan bawah kulit. Keadaan ini yang dapat meningkatkan berat badan bayi.

KESIMPULAN

1. Peningkatan frekuensi menyusui dan berat badan bayi usia 1-6 bulan sangat signifikan setelah diberikan massage
2. Tanpa pijat bayi tidak menghasilkan peningkatan frekuensi permintaan ASI namun menghasilkan peningkatan berat badan bayi secara bermakna sejalan dengan peningkatan usia bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anshar., Sudaryanto., Halimah.A., Hendrik. 2015. Panduan Penulisan Skripsi Prodi D.IV Fisioterapi. Poltekkes Makassar
- Fikawati Sandra, Syafiq Ahmad, 2003. Hubungan antara Menyusui Segera (Immediate Breastfeeding) dan Pemberian ASI Eksklusif sampai dengan Empat Bulan. J Kedokteran Trisakti: Vol.22. No.2, Hlm 1-9.
- Jumiati., Nugrahaeni., Margawati Ani., 2014. Pengaruh Modul terhadap Peningkatan Pengetahuan, Sikap dan Praktek Kader

- dalam upaya Pemberian ASI Eksklusif. Gizi Indo 2014: Vol 37 No.1, Hlm 1-10.
- Kusbianto Dadan., 2014. Perilaku Pijat Bayi Berhubungan dengan Pengetahuan dan Dukungan Keluarga. Surya: Vol. 03, No.XIX, September 2014, Hlm 1-7.
- Kalsum Ummi., 2014. Peningkatan Berat Badan Bayi Melalui Pemijatan. Jurnal Keperawatan Indonesia: Vol 17 No.1, Hlm 25-29.
- Moody Jane., Britter Jane., Hogg Karen., 2006. Menyusui cara mudah, Praktis dan nyaman. Arcan
- Mutiara dan Ruslianti. 2007. Pengetahuan Ibu tentang Gizi terhadap Pola Makan Anak.
- Nazar Sri S., Hendaro Aryono., Muaris Indah J., 2005. Makanan Bayi dan Ibu menyusui. PT Gramedia Pustaka Utama
- Roesli Utami., 2000. Mengenai ASI Eksklusif., Seri 1. PT Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Roesli, U., 2001, Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 Bulan, PT Trubus Agriwidya, Jakarta
- Roesli, U. 2009. Pedoman Pijat Bayi Edisi Revisi. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Sugiharti Rosi K., 2016. Pengaruh Frekuensi Pijat Bayi terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan. Jurnal Ilmiah Kebidanan: Vol.7 No 1 Edisi Juni 2016, Hlm. 41-52.
- Swarjana, I, K. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta. dalam: Nastiti, I. Yogyakarta: CV. Andi Offset
- Subakti Yazid., Anggarani Deri R., 2008. Keajaiban Pijat Bayi dan Balita. PT Wahyu Media
- Turner, 2001, Perawatan Maternitas, FKUI, Jakarta
- Widyastuti Danis., Widayani Retno., 2008. Panduan Perkembangan Anak 0-1 Tahun. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara
- Yuniarti Sri, 2015. Asuhan Tumbuh Kembang Neonatus – Balita dan Anak Pra – Sekolah Bandung: Refika Aditama
- Zulhaida, 2003. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3 – 6 Bulan. Dempasar Timur: Triana, K.Y.