

Article

“ANALISIS EFEKTIVITAS *BABY MASSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR DAN KENAIKAN BERAT BADAN BAYI USIA 3-12 BULAN DI PMB Hj, SM, S.Keb TAHUN 2022”

Dessi Juwita¹, Rohanah², Vinka Agustina³

¹Prodi Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug, Tangerang, Indonesia

²Prodi Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Stikes Widya Dharma Husada Tangerang, Tangerang Selatan, Indonesia

³Prodi Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Akademi Kebidanan Bhakti Asih Ciledug, Tangerang, Indonesia

SUBMISSION TRACK

Received: December 28, 2022

Final Revision: January 15, 2023

Available Online: January 19, 2023

KEYWORDS

Baby Massage, Sleep Quality, Weight Gain.

CORRESPONDENCE

Phone:

081382077783

E-mail:

dessijuwita06@gmail.com,

A B S T R A C T

Background : Baby massage is a fun way to relieve tension and fussiness. Because a gentle massage will help relax his muscles, so he becomes calm and asleep. **Research Objectives**: To determine the effect of baby massage on baby's sleep quality and weight gain of babies aged 3-12 months. **Research Methods**: The sample in this study were 30 infants aged 3-12 months in PMB Hj, S.M S.Keb Tangerang-Banten City in 2022. Types of research conducted The research used is analytic method with Cross Design sectional. **The results of the study**: After being controlled by the variables of baby's sleep quality before baby massage, baby's sleep quality after baby massage, weight gain before baby massage, baby's weight gain after baby massage. The results showed that there was an influence between baby's sleep quality after baby massage (p-value 0,011), baby's weight gain after baby massage (p-value 0,020). **Conclusion**: Based on the results of the study, it can be concluded that there are the relationship between the quality of infant sleep and the increase in infant sleep after a baby massage was performed at PMB Hj, S.M S.Keb in 2022.

I. INTRODUCTION

Data WHO (Work Healty Organisations) Amerika telah dilakukan penelitian pada sekelompok anak yang dilakukan pemijatan mengalami perubahan gelombang otak. Pada 20 anak yang dilakukan pemijatan selama 2 x 15 menit dalam jangka waktu 5 minggu mengalami 50 % perubahan gelombang otak dibanding sebelum dipijat,

perubahan gelombang otak ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang β sehingga bayi akan tertidur lebih lelap (WHO, 2017). Masalah tidur pada bayi di Indonesia cukup banyak yaitu sekitar 44,2% bayi mengalami gangguan tidur di malam hari. (Simanungkalit, 2019). Pijatan bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan

kerewelannya. Karena pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot ototnya, sehingga ia menjadi tenang dan tertidur. Pemijatan terhadap bayi oleh ibunya sendiri juga mempunyai makna sendiri, karena sangat berpengaruh terhadap hubungan batin atau hubungan kejiwaan antara ibu dengan bayi. Bagi sang bayi, pijatan ibu dapat dirasakan sebagai sentuhan kasih sayang yang sangat berarti bagi pembentukan kepribadiannya kelak di kemudian hari. Melalui sentuhan pemijatan terhadap jaringan otot, peredaran darah dapat meningkat ke jaringan otot ataupun posisi otot dapat dipulihkan dan diperbaiki, sehingga dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh dengan sebaik-baiknya (Subakti dan Rizky, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Ni Kadek Desriani dkk (2014) menyatakan bahwa kelompok perlakuan yang telah dilakukan senam bayi seluruh berat badan bayi meningkat sebesar 4-6 kg, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan senam bayi hampir semua berat badan bayinya meningkat hanya sebanyak 0,3-0,4 kg dan hanya 2 dari 10 responden yang berat badannya tetap. Saat ini terapi telah dikembangkan, terapi farmakologis dan non farmakologis. Salah satu terapi non farmakologis yaitu baby massage (Ni Kadek dkk, 2014).

PMB Hj. SM adalah salah satu PMB yang sudah memberikan pelayanan *baby massage*. Pada tahun 2021 bulan Juli-Desember yang bersalin di PMB Hj. SM, S.Keb yaitu sebanyak 57 ibu bersalin, dan yang melakukan *baby massage* di PMB. Hj. SM, S.Keb tahun 2022, dari 30 ibu yang mempunyai bayi usia 3 – 12 bulan, hanya 17 ibu yang membawa bayinya untuk *baby massage* dan ada 13 yang tidak membawa bayinya untuk baby massage. Oleh karena itu Peneliti ingin mengetahui Apakah ada Pengaruhnya *Baby Massage* Terhadap Kualitas Tidur Dan

Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 3-12 Bulan Di PMB Hj, SM, S.Keb Tahun 2022.

II. METHODS

Jenis penelitian yang di gunakan adalah analitik kuantitatif dengan pendekatan Observasional berdasarkan metode deskriptif dengan rancangan study cross sectional dimana peneliti melakukannya dalam waktu yang bersamaan. Populasi yang diteliti adalah bayi usia 3-12 bulan di PMB Hj. SM, S.Keb Periode 2022 sebanyak 30 responden. Sampel yang mau diteliti adalah bayi yang mau *baby massage* usia 3-12 bulan di PMB Hj. SM, S.Keb sebanyak 30 responden. peneliti menggunakan penggunaan metode data sekunder dan primer.

III. RESULT

Berdasarkan hasil analisa dengan judul “Pengaruh *Baby Massage* Terhadap Kualitas Tidur dan Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 3-12 Bulan di PMB Hj. SM S.Keb Tahun 2022 ”, maka didapatkan :

Tabel 1
PENGARUH *BABY MASSAGE* TERHADAP KUALITAS TIDUR BAYI USIA 3-12 BULAN DI PMB Hj, SM, S.Keb TAHUN 2022

Kualitas Tidur Bayi	Pengaruh Baby Massage				Total		P-value	OR (95% CI)
	Belum		Sudah		N	%		
	N	%	N	%				
Kurang	10	33.3%	4	13,3%	14	46.7%	0.011	10.833(1.961-59.834)
Baik	3	10.0%	13	43.3%	16	53.3%		
JUMLAH	13	43.3%	17	56.7%	30	100.0%		

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan tabel di atas di dapatkan kualitas tidur bayi yang baik mayoritas sudah melakukan *baby massage* yaitu sebanyak 13 responden (43.3%) di bandingkan dengan kualitas tidur bayi yang belum melakukan *baby massage* sebanyak 3 responden (10.0%).

Setelah di uji secara statistik dengan uji-square, di peroleh p-value $0,011 < \alpha = 0,05$. yang artinya ada pengaruh antara kualitas tidur bayi dan *baby massage* di PMB Hj. SM S.Keb. Adapun hasil OR 10,833 yang dapat diartikan Responden yang melakukan *baby massage* pada bayinya memiliki peluang kualitas tidur bayinya 10,833 kali lebih baik dibandingkan yang tidak melakukan *baby massage* pada bayinya.

bayi yang naik mayoritas sudah melakukan *baby massage* sebanyak 11 responden (36.7%),sedangkan kenaikan berat badan bayi yang belum melakukan *baby massage* sebanyak 2 responden (6.7%)

Setelah di uji secara statistik dengan uji chi-square, di peroleh p-value $0,020 < \alpha = 0,05$. yang artinya ada pengaruh antara kenaikan berat badan bayi dengan *baby massage* di PMB HJ. SM S.Keb. didapatkan OR=10,083 kali. yang dapat diartikan Responden yang melakukan *baby massage* pada bayinya memiliki peluang 10,083 kali mengalami kenaikan berat badan bayinya dibandingkan yang tidak melakukan *baby massage* pada bayinya.

Tabel 2
PENGARUH *BABY MASSAGE* TERHADAP KENAIKAN BERAT BADAN
BAYI USAI 3-12 BULAN DI PMB Hj. SM, S.Keb TAHUN 2022

Kenaikan Berat Badan	Pengaruh Baby Massage				Total		P-value	OR (95% CI)
	Belum		Sudah					
	N	%	N	%	N	%		
Tidak Naik	11	36.7%	6	20.0%	17	56.7%	0.020	10.083 (1.658-61.330)
Naik	2	6.7%	11	36.7%	13	43.3%		
JUMLAH	13	43.3%	17	56.7%	30	100.0%		

Sumber : Data Primer, 2022

Berdasarkan dari tabel di atas di dapatkan bahwa kenaikan berat badan

IV. DISCUSSION

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dijelaskan diatas maka diuraikan pembahasan sesuai dengan variabel yang meliputi hal-hal berikut :

1. Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan di PMB Hj, SM S.Keb Tahun 2022

Dari hasil penelitian di dapatkan bahwa Kualitas Tidur Bayi yang baik mayoritas sudah melakukan *baby massage* sebanyak 13 responden (43.3%) di bandingkan dengan kualitas tidur bayi yang belum melakukan *baby massage* sebanyak 3 responden (10,0%).

Setelah di uji secara statistik dengan uji chi-square, di peroleh p-value $0,011 < \alpha = 0,05$. yang artinya ada pengaruh antara kualitas tidur bayi dengan *baby massage* di PMB HJ. SM S.Keb. Responden yang kualitas tidur bayinya baik setelah di lakukan *baby massage* berpeluang sudah di *baby massage* memiliki nilai OR 10,833 kali. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Bennet el al (2013) berdasarkan

hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa balita yang telah dilakukan *massage* waktu tidur siang dan tidur malamnya menjadi lebih lama dibandingkan sebelum dilakukan *massage*, sehingga dari hasil analisis didapatkan bahwa nilai $p= 0,000$ ($p < 0,05$) yang berarti bahwa terdapat pengaruh yang signifikan waktu tidur siang dan tidur malam sebelum dan sesudah dilakukan *massage*. Menunjukkan berbagai manfaat pijat bayi terhadap perkembangan bayi dari segi fisik maupun mental (Bennet, 2013).

2. Pengaruh *Baby Massage* Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 3-12 Bulan di PMB Hj, SM S.Keb Tahun 2022.

Dari hasil penelitian dapatkan bahwa kenaikan berat badan bayi yang naik mayoritas sudah melakukan *baby massage* sebanyak 11 responden (36.7%) sedangkan kenaikan berat badan bayi yang tidak naik mayoritas belum melakukan *baby massage* sebanyak 11 responden (36.7%)

Setelah di uji secara statistik dengan uji chi-square, di peroleh $p\text{-value } 0,020 < \alpha = 0,05$. yang artinya ada pengaruh antara kenaikan berat badan bayi dengan *baby massage* di PMB HJ. SM S.Keb. Responden yang kenaikan berat badan bayinya naik setelah di lakukan *baby massage* berpeluang sudah di *baby massage* memiliki nilai OR 10.083 kali. Penelitian ini juga di dukung oleh penelitian yang di lakukan kalsum (2014) tentang peningkatan berat badan bayi

melalui pemijatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antar pemijatan dengan peningkatan berat badan bayi. Uji statistik menggunakan uji mann-whiney test di dapatkan nilai $p\text{-value } 0.033$. Hasil penelitian Rosi Kurnia Sugiharti (2016) tentang Pengaruh Efektivitas terhadap pertumbuhan berat pada badan bayi pertumbuhan bayi usia 4-6 Bulan karakteristik bahwa berdasarkan responden umur besar sebagian rata-rata umurnya 5,5 bulan pada kontrol kelompok. Kelompok berjenis laki-laki kelaminya dan jumlah perempuan 15 (50%) orang untuk keseluruhan. Dilakukan pemijatan pada bayi rata-rata *baby massage* kelompok kontrol untuk ini adalah 10,34 kg; kelompok pijat 1x/hari 10,56 kg; kelompok pijat 2x/hari adalah 10,25 kg. berat badan bayi rata-rata setelah dilakukan pemijatan *massage* adalah sebagai berikut : kelompok kontrol 11,23 kg; kelompok pijat 1x/hari 11,59 kg; dan kelompok pijat 2x/hari adalah 11,53 kg. rata-rata peningkatan berat badan pada bayi adalah kelompok kontrol 0,89 kg (14,28%), pijat kelompok 1x/hari adalah 1,03 kg (18,42 %), dan pijat kelompok 2x/hari adalah 1,28 kg (23,14%). *Baby massage* yang digali kembali dengan sentuhan ilmu kesehatan merupakan tradisi lama yang digali dan tinjauan ilmiah para ahli neonatology. *Baby massage* terapi luar merupakan pengobatan yang diandalkan berbagai penyakit tapi belum banyak manfaatnya yang diketahui manfaatnya terhadap BBL (Sugiharti, 2016).

V. CONCLUSION

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh antara *Baby massage* dengan Kualitas tidur bayi dan kenaikan berat badan bayi. Pijatan bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan dan dapat membuat bayi merasa nyaman. Dengan

pijatan lembut akan membantu merelaksasi otot ototnya, sehingga ia menjadi tenang dan tertidur pulas. Pemijatan bayi yang dilakukan oleh ibunya sendiri juga mempunyai makna sendiri, dapat berpengaruh terhadap hubungan batin atau hubungan psikologi antara ibu dengan bayi. Bagi bayi, pijatan tersebut dirasakan sebagai

sentuhan kasih sayang yang sangat berarti bagi pembentukan kepribadiannya kelak di kemudian hari. Pijatan bayi juga dapat membuat nafsu makan meningkat pada bayi sehingga berat badan pun akan meningkat. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi tenaga kesehatan

khususnya di PMB agar dapat mengembangkan promosi dan edukasi tentang *baby massage* kepada masyarakat khususnya orang tua untuk melakukan *baby massage* agar kualitas tidur bayi baik dan Berat badan bayi meningkat..

REFERENCES

- Aco, Tang. 2018. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1–4 Bulan*. Global Health Science 3(1): 12–16.
- Alan Heath, & Nicki Bain Bridge. 2006. *Baby Massage*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Anik Maryunani, 2010, *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*, Jakarta: CV.Trans Info Media.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Danang, Sunyoto. (2013). *Metodologi Penelitian Akuntansi*. Bandung: PT Refika Aditama Anggota Ikapi.
- Desi, Lutiasari. (2018). *Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Posyandu Teratai*. Jurnal Kebidanan Vol 4, No 3, Juli 2018 : 97-99.
- Ellyzabeth, Sukmawati, dan, Norif, Didik, Nur, Imanah. (2020). *Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi*. Jurnal kesehatan Al-Irsyad Volume 13, Nomor 1.
- Elvira, mariza and Azizah, Siti. (2017). *“Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan Di BPS Bukittinggi”*. Jurnal Pembangunan Nagari volume 2 Nomor 1 Edisi Juni 2017: 85-94.
- Happy, Dwi, Aprilina, and, Kris, Linggardini. (2019). *Pelatihan Baby Massage Bagi Ibu Aisyiyah Ranting Pamijen, Sokaraja*. Seminar Nasional.
- Ifahlahma, Darah, and sulistiyanti. (2016). *“Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi di Kelurahan KAndipiro banjarmasin Surakarta”*. Jurnal Infokes Apikes Citra Medika Surakarta.
- Ika, Yuni, Susanti, Dyah, Siwi, Hety. (2020). *Pemenuhan Gizi dengan Kualitas Tidur pada Bayi Usia 6-9 Bulan di Puskesmas Bangsal Kabupaten Mojokerto*. Journal For Quality in Women’s Health.
- Lilit, A., Sevy, A., Fatchur, Rohmah, I.P,. (2019). *Kelas Pijat Bayi: Peningkatan Keterampilan Ibu Dalam Memberikan Pijat Bayi*. Jurnal Kebidanan.
- Mahayu, Puri. (2016). *Buku Lengkap Perawatan Bayi dan Balita*. Yogyakarta: Saufa.
- Minarti, N. & Utami, K. (2013). *Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-6 bulan di wilayah kerja Puskesmas II Denpasar Timur tahun 2012*. Naskah publikasi. Universitas Udayana.
- Mutyah, D. & Anggraini, D., E. (2017). *Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Kualitas dan Kuantitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan di Masyarakat Pesisir Surabaya*. Publikasi Riset Kesehatan Untuk Daya Saing Bangsa, 8.
- Ni Kadek dkk. (2014) Dikutip dari Jurnal KMB, Maternitas, Anak dan Kritis Desember Vol. 1
- Nurwinda, Saputri . (2019). *Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan*. Dinamisia - Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol. 3, Special Issue Juni 2019, Hal. 49-52.

- Nurmalasari, D. I., Agung, E. M., & Nahariani, P. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Desa Bandung Kecamatan Diwek Kabupaten Jombang*. Jurnal Ilmiah Kebidanan, 1.
- Roesli. U 2019, *Pedoman Pijat Bayi*, Trubus Agriwidya, Jakarta.
- Rosita S.D., Remedina G. (2017). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stimulasi Pijat Bayi. STIKes Mitra Husada Karanganyar. *Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 8 No. 1 Edisi Juni 2017, hlm. 28-38*.
- Subakti dan Deri, Rizky. 2016. *Keajaiban Pijat Bayi Dan Balita*. Jakarta : Wahyu Media.
- Subakti, Yazid. 2008. Anggraini Rizki Deri. *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Ed.ke-1. Wahyu Media. Jakarta.
- Saddiyah, Rangkuti. (2021). *Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Dewi Suyanti Tahun 2020*. Jurnal Kesehatan Masyarakat.