



## EFEKTIFITAS STIMULASI PIJAT TERHADAP PERTUMBUHAN BERAT BADAN DAN PANJANG BADAN PADA BALITA USIA 12-24 BULAN

Amik Rahayu Wahyudi<sup>1</sup>

Departemen Kebidanan, Diploma Tiga Kebidanan, Akademi Kebidanan Murung Raya, Indonesia  
amikrahayu.w@akbidmurungraya.ac.id<sup>1</sup>

### Abstrak

**Objektif:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektifitas stimulasi pijat terhadap berat badan dan panjang badan pada balita. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian semi eksperimen dengan rancangan pretest-posttest with control bunch plan, sampel dalam penelitian ini adalah balita usia 12-24 bulan yang berjumlah 30 balita dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok intervensi (n=15) dan kelompok kontrol (n=15). Analisis information menggunakan subordinate t-test. **Hasil:** Efektifitas pemberian stimulasi pijat pada kelompok intervensi terhadap pertumbuhan balita berat badan dan panjang badan dengan P-value 0,001 dan efektifitas pemberian baby spa pada kelompok kontrol terhadap pertumbuhan balita berat badan dan panjang badan dengan P-value 0,001. **Kesimpulan:** Didapatkan pengaruh stimulasi pijat terhadap pertumbuhan dan kenaikan berat badan dan panjang badan pada balita usia 12-24 bulan.

**Kata kunci:** *Stimulasi Pijat, Balita, Berat Badan, Panjang Badan*

### I. PENDAHULUAN

Pertumbuhan adalah bertambahnya ukuran dan jumlah sel serta jaringan interselular, berarti bertambahnya ukuran fisik dan struktur tubuh sebagian atau keseluruhan, sehingga dapat diukur dengan satuan panjang dan berat. Pertumbuhan adalah yang dapat diukur secara kuantitatif, contohnya penambahan berat badan dari 10 kg menjadi 12 kg, pertumbuhan panjang badan dari 100 cm menjadi 120 cm [1]. Salah satu upaya untuk menurunkan risiko stunting adalah pijat. Pijat dapat merangsang jaringan lunak tubuh anak dengan rangkaian meremas, menggenggam, menekan, mendorong, memutar, meregangkan, dan menggosok. Sehingga reseptor di kulit mendeteksi berbagai rangsangan seperti tekanan dan sentuhan ringan [2]. Pijat juga merupakan stimulasi taktil oleh tangan manusia [3]. Stimulasi merupakan perangsangan

yang datang dari lingkungan luar anak, dan termasuk dalam kebutuhan dasar asah anak yang mana kegiatan kemampuan dasar anak 0 - 6 tahun agar dapat bertumbuh kembang secara optimal.

Dari berbagai penelitian membuktikan bahwa pijat sangat efektif untuk bayi dan balita antara lain membuat tidur lebih lelap dan lama, membantu pengaturan sistem pencernaan pada anak, meningkatkan berat badan bayi. Terdapat hubungan yang signifikan antara stimulasi tumbuh kembang dan perkembangan anak, motorik kasar dan motorik halus, kadar IGF-1 meningkat pada bayi kurang gizi usia 6-24 bulan [4] dilakukan dengan diberikan pemijatan serta makanan tambahan setiap hari, Kemampuan pemrosesan sensorik, pertumbuhan dan pola tidur [5], [6], [7], [8], [9].

Pijat dapat mensekresi enzim ornithine decarboxylate yaitu enzim yang memandu pertumbuhan sel dan jaringan serta beta endorfin yang mempengaruhi mekanisme pertumbuhan, tonus saraf vagus yang berfungsi meningkatkan kadar enzim gastrin dan insulin yang dapat mempercepat fungsi kerja peristaltik usus sehingga pengosongan lambung lebih cepat dan anak akan lebih cepat / mudah lapar [10], [11].

Rumusan masalah dalam tulisan ini Bagaimana efektifitas stimulasi pijat berpengaruh terhadap pertumbuhan pada balita usia 12-24 bulan di Kabupaten Murung Raya? Sedangkan tujuan penelitian ini menganalisis efektifitas stimulasi pijat terhadap berat badan dan panjang badan balita di Kabupaten Murung Raya.

## II. TINJAUAN PUSTAKA

Penelitian yang dilakukan rumah sakit al-zahra di Tabriz Iran pada 90 bayi prematur 1000-1500 berat badan lahir yang dirawat ruang NICU dengan intervensi selama 10 hari dengan durasi pemijatan 15 menit perhari yang dibagi dalam 3 sesi, menunjukkan bahwa adanya kenaikan berat badan rata-rata neonatus sebanyak 21g pada kelompok intervensi secara statistik ( $P < 0,001$ ) setiap harinya [12].

Penelitian yang dilakukan oleh Zhang di Jiangsu China dengan tujuan menguji efek dari intervensi pijat selama 2 minggu yang dilakukan pada 112 bayi prematur oleh ibu mereka. Intervensi pijat diberikan selama 2 minggu dengan durasi 15 menit yang dibagi dalam 3 fase yaitu stimulasi taktile dan kinestetik (taktile-kinestetik-taktile) setiap fase dilakukan 5 menit dan interval 2 kali sehari. Menunjukkan rata-rata panjang badan 43,6 cm pada kelompok intervensi pada minggu pertama bertambah 44,1 cm dan pada minggu kedua meningkat menjadi 46,9 [13].

## III. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan Quasi eksperimen dengan rancangan pretest-posttest with control bunch plan. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 balita usia 12-24 bulan, Sedangkan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 15 balita untuk kelompok intervensi dan 15 balita untuk kelompok kontrol. Teknik sampel yang digunakan adalah total sampling. Variabel independent dalam penelitian ini adalah stimulasi pijat pada kelompok intervensi dan baby spa pada kelompok kontrol, sedangkan variabel dependent dalam penelitian ini adalah berat badan dan panjang badan yang diukur dengan menggunakan instrument antropometri untuk berat badan menggunakan dacin dan panjang badan menggunakan instrument infantometer. Analisa data penelitian ini menggunakan dependent sample t-test. Hipotesis dalam penelitian ini efektifitas stimulasi pijat terhadap kenaikan berat badan dan panjang badan pada balita usia 12-24 bulan.

## IV. PEMBAHASAN

Perbedaan pertumbuhan balita stunting usia 12-24 bulan.

Tabel 1. Pertumbuhan berat badan dan panjang badan balita pre dan post perlakuan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

<i>Varibel</i>	<i>Kelompok</i>	<i>Pretest</i>	<i>Posttest</i>	<i>P-value</i>
Berat Badan	Intervensi	8.39	9.07	0.001
	Kontrol	8.03	8.40	
	P-value	0.271	0.06	0.001
Panjang Badan	Intervensi	71.47	72.3	0.001
	Kontrol	71.7	72.5	
	P-value	0.553	0.577	0.650

Berdasarkan tabel hasil penelitian diatas didapatkan bahwa berat badan balita usia 12-24 bulan sebelum dan setelah dilakukan stimulasi pijat pada kelompok intervensi dengan nilai P-value 0,001. Sedangkan pada kelompok kontrol dengan perlakuan baby spa sebelum dan setelah intervensi dengan nilai P-value 0,001, yang

artinya adanya pengaruh perbedaan hasil uji pada kedua kelompok. Masing - masing kelompok ada perbedaan sebelum dan setelah perlakuan pada kedua kelompok. Hal tersebut dikarenakan stimulasi pijat pada kelompok intervensi dan baby spa pada kelompok kontrol sama-sama efektif menstimulasi pertumbuhan balita usia 12-24 bulan.

## V. PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian, didapatkan adanya perbedaan berat badan sebelum dan setelah diberikan stimulasi pijat pada kelompok intervensi, serta perbedaan berat badan sebelum dan setelah diberikan baby spa pada kelompok kontrol. Selain itu, terdapat pula perbedaan panjang badan sebelum dan sesudah diberikan stimulasi pijat pada kelompok intervensi, maupun pada kelompok kontrol yang diberikan baby spa. Oleh karena itu, penting bagi orang tua dan calon orang tua untuk senantiasa menjaga kesehatan, menerapkan pola hidup sehat, serta memenuhi kebutuhan gizi anak agar berdampak positif terhadap kehidupan anak di masa mendatang. Bagi petugas kesehatan, hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk mensosialisasikan efektivitas pijat bayi yang terbukti bermanfaat bagi pertumbuhan balita. Selanjutnya, diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lebih lanjut oleh peneliti berikutnya dengan menambahkan variabel balita stunting dan memperpanjang durasi penelitian agar hasil yang diperoleh lebih maksimal.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] H. Muhammad, *Penilaian Status Gizi*, 2nd editio. Jakarta, 2020.
- [2] K. Chen, S. Shu, M. Yang, S. Zhong, and F. Xu, "Meridian acupuncture plus massage for children with spastic cerebral palsy.," *Am. J. Transl. Res.*, vol. 13, no. 6, pp. 6415–6422, 2021.
- [3] A. Vickers, A. Ohlsson, J. B. Lacy, and A. Horsley, "Massage for promoting growth and development of preterm and/or low birth-weight infants.," *Cochrane database Syst. Rev.*, vol. 2004, no. 2, p. CD000390, 2004, doi: 10.1002/14651858.CD000390.pub2.
- [4] F. Zhang, E. Altindis, C. R. Kahn, R. D. DiMarchi, and V. Gelfanov, "A viral insulin-like peptide is a natural competitive antagonist of the human IGF-1 receptor.," *Mol. Metab.*, vol. 53, p. 101316, Nov. 2021, doi: 10.1016/j.molmet.2021.101316.
- [5] Álvarez, M. José, D. Fernández, D. R. G. Juan Gómez-Salgado, M. Rosón, and S. Lapeña, "The Effects of Massage Therapy in Hospitalized Preterm Neonates: A Systematic Review," *Int. J. Nurs. Stud.*, 2017, doi: <https://doi.org/10.1016/j.ijnurstu.2017.02.009>.
- [6] Sudarmi, I. D. M. Sukrama, I. W. P. Sutirtayasa, I. W. Weta, and Irianto, "Influence of baby massage stimulation on the improvement of nutritional status, IGF-1, and cortisol level on undernourished infant," *Bali Med. J.*, vol. 9, no. 1, pp. 36–40, 2020, doi: 10.15562/bmj.v9i1.1688.
- [7] T. Field, "Stimulation of Preterm Infants," *Pediatr. Rev.*, vol. 10, no. 5, pp. 149–153, 1988, doi: 10.1542/pir.10-5-149.
- [8] M. N. Hairunis, H. Salimo, and Y. L. R. Dewi, "Hasil praktik menunjukkan ibu ada peningkatan ketrampilan dalam pembuatan tekstur MPASI sesuai kategori usia anak/bayi. b)," *Sari Pediatr.*, vol. 20, no. 3, p. 146, 2018.
- [9] W.-P. Lu, W.-H. Tsai, L.-Y. Lin, R.-B. Hong, and Y.-S. Hwang, "The Beneficial Effects of Massage on Motor Development and Sensory Processing in Young Children with Developmental Delay: A Randomized Control Trial Study.," *Dev. Neurorehabil.*, vol. 22, no. 7, pp. 487–495, Oct. 2019, doi: 10.1080/17518423.2018.1537317.
- [10] S.-C. Chen, J. Yu, S. C.-S. Yuen, J. C.-S. Lam, L. K.-P. Suen, and W.-F. Yeung, "Massage therapy in infants and children under 5 years of age: protocol for an overview of systematic reviews.," *Syst. Rev.*, vol. 10, no. 1, p. 127, Apr. 2021, doi: 10.1186/s13643-021-01681-x.
- [11] T. Field, "Preterm infant massage therapy studies: an American approach.," *Semin. Neonatol.*, vol. 7, no. 6, pp. 487–494, Dec. 2002, doi: 10.1016/j.molmet.2021.101316.

- 10.1053/siny.2002.0153.
- [12] M. Jabraeile, A. S. Rasooly, M. R. Farshi, and J. Malakouti, "Effect of olive oil massage on weight gain in preterm infants: A randomized controlled clinical trial.," *Niger. Med. J.*, vol. 57, no. 3, pp. 160–163, 2016, doi: 10.4103/0300-1652.184060.
- [13] X. Zhang *et al.*, "Pediatric Tuina for promoting growth and development of preterm infants: A protocol for the systematic review of randomized controlled trail.," *Medicine (Baltimore)*., vol. 97, no. 18, p. e0574, May 2018, doi: 10.1097/MD.00000000000010574.