



PIJAT BAYI SEBAGAI CARA MENAIKKAN BERAT BADAN BAYI USIA 3 – 6 BULAN

Sofia Mawaddah✉, Mursyidah

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

ARTICLE INFO

Article history

Submitted : 2021-01-04

Revised : 2021-01-05

Accepted : 2021-01-14

Keywords:

Baby massage

Baby 3 – 6 months old

Baby weight

Kata Kunci:

Baby massage

Bayi usia 3 – 6 bulan

Berat badan bayi

ABSTRACT

Massage has been used for medicinal purposes and has been a routine part of infant care for hundreds of years in many cultures and is one of the oldest therapeutic techniques in the world. Massage has become a component of the development of supportive care. Infant massage as a form of alternative medicine is becoming increasingly popular because of its simplicity, cost effectiveness, easy learning and can be done at home by families. Data from the Baamang II Health Center in 2017, there were 4,738 babies who weighed, the results obtained 277 babies who did not gain weight. The aim is to determine the effect of infant massage on body weight of infants aged 3 – 6 months. The method used in this research is quantitative research, quasi-experimental design with one group pretest posttest design, namely research activities that provide a pretest before being given treatment, after being given treatment then giving a final test (posttest) with a population of 98 babies weighing in the Baamang II Public Health Center in February – May 2019. The number of samples in this study were 32 infants aged 3 – 6 months at Baamang II Public Health Center. The result of the Paired T-Test statistical test shows a P-Value of 0.000 (P-Value < α 0.05) so that it can be concluded that there is an effect of infant massage on body weight of infants aged 3 – 6 months in the Baamang II Public Health Center. Future research is expected to further enhance research related to infant massage and baby weight, using other factors that can affect infant weight gain.

Pijat telah digunakan untuk pengobatan dan menjadi bagian rutin perawatan bayi selama ratusan tahun di banyak kebudayaan dan salah satu teknik terapi tertua di dunia. Pijat telah menjadi komponen pengembangan perawatan suportif. Pijat bayi sebagai bentuk pengobatan alternatif menjadi semakin populer karena kesederhanaan, efektifitas biaya, mudah dipelajari dan dapat dilakukan di rumah oleh keluarga. Data Puskesmas Baamang II pada tahun 2017, terdapat 4.738 bayi yang melakukan penimbangan berat badan, hasil penjarangan diperoleh 277 bayi yang tidak mengalami kenaikan berat badan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3 – 6 bulan. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian kuantitatif desain quasi eksperimen dengan rancangan one group pretest posttest design yaitu kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan kemudian memberikan tes akhir (posttest) dengan jumlah populasi yaitu 98 bayi yang melakukan penimbangan di Wilayah Kerja Puskesmas Baamang II pada bulan Februari – Mei 2019. Jumlah sampel yaitu 32 bayi berusia 3 – 6 bulan di Puskesmas Baamang II. Hasil uji statistik Paired T-Test menunjukkan nilai P-Value 0,000 (P-Value < α 0,05) sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3 – 6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Baamang II. Penelitian selanjutnya diharapkan lebih meningkatkan penelitian yang berkaitan dengan pijat bayi dan berat badan bayi, menggunakan faktor lain yang dapat mempengaruhi kenaikan berat badan bayi.

✉ Corresponding Author:

Sofia Mawaddah

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Palangka Raya

Telp. 082251474861

Email: sofizline@gmail.com

PENDAHULUAN

Perkembangan pada bayi merupakan suatu proses yang hakiki, unik, dinamik, dan berkesinambungan. Faktor yang mempengaruhi perkembangan bayi ada dua, yaitu faktor

genetik dan lingkungan. Faktor genetik merupakan faktor bawaan yang diturunkan melalui instruksi genetik yang terkandung di dalam sel telur yang telah dibuahi, dan faktor lingkungan yang merupakan faktor di sekeliling

bayi yang menentukan tercapai atau tidaknya potensi genetik. Banyak faktor yang menghambat perkembangan tersebut, sehingga bayi tidak dapat mencapai potensi genetik yang seharusnya, diantaranya adalah pemberian nutrisi dan stimulasi (massage bayi) ([Sulung & Gayatri, 2015](#)).

Menurut WHO, usia bayi pada beberapa bulan pertama kehidupannya yakni usia 1 sampai dengan 6 bulan merupakan tahap usia yang sangat penting bagi bayi, karena pada usia ini bayi memerlukan makanan yang bergizi tinggi untuk mencapai tingkat pertumbuhan dan perkembangannya secara optimal. Hasil penelitian Tri Sasmi (2014) menyimpulkan bahwa pijat bayi memiliki pengaruh yang besar dalam meningkatkan berat badan bayi usia 1 – 3 bulan ([Irva et al., 2016](#)).

Sentuhan adalah bahasa pertama bagi ibu dan bayi. Sebagai alat komunikasi utama, sentuhan memainkan peran penting dalam pembentukan hubungan awal orangtua dan anak. Sentuhan dalam bentuk pijatan lembut mengungkapkan rasa kasih sayang ibu dan mampu memenuhi kebutuhan bayi akan kontak fisik. Setiap perubahan emosional menimbulkan reaksi otot, dengan mengurangi ketegangan otot, pijat bayi menenangkan emosi dan membantu meringankan beberapa trauma dan kecemasan yang berhubungan dengan masa kelahiran, lingkungan yang baru, dan masa penyapihan. Kulit memasok informasi terus-menerus ke sistem saraf pusat tentang lingkungan sekitar tubuh, melalui sentuhan kulit yang berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang anak ([Yuliana et al., 2013](#)).

Pijat telah digunakan untuk pengobatan dan menjadi bagian rutin perawatan bayi selama ratusan tahun di banyak kebudayaan dan salah satu teknik terapi tertua di dunia. Pijat telah menjadi komponen pengembangan perawatan suportif. Pijat bayi sebagai bentuk pengobatan alternatif menjadi semakin populer karena kesederhanaan, efektifitas biaya, mudah dipelajari dan dapat dilakukan di rumah oleh keluarga ([Pitre, 2014](#)). Pijat bayi dapat meningkatkan ikatan kasih sayang antara anak dengan orang tua, karena itu pijat bayi sebaiknya dilakukan oleh orang tua bayi ([Serrano et al., 2010](#)).

Pemijatan pada bayi akan merangsang nervus vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus sehingga

pengosongan lambung meningkat dengan demikian akan merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih lahap dalam jumlah yang cukup. Selain itu nervus vagus juga dapat memacu produksi enzim pencernaan sehingga penyerapan makanan maksimal. Disisi lain pijat juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, dari rangkaian tersebut berat badan bayi akan meningkat ([Hady J, 2014](#)).

Kenaikan berat badan anak pada tahun pertama kehidupan apabila anak mendapat gizi yang baik yaitu dari bayi lahir sampai 6 bulan pertama pertambahan berat badan setiap minggu 140 – 200 gram. Berat badan bayi menjadi 2 kali lipat berat badan lahir pada akhir 6 bulan pertama. Sedangkan pada umur 6 – 12 bulan pertambahan berat badan setiap minggu berkisar antara 85 – 400 gram. Berat badan akan meningkat sebesar 3 kali berat badan lahir pada akhir tahun pertama ([Wong et al., 2006](#)) ([Hidayat, 2014](#)).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh ([Irva et al., 2016](#)), menemukan hasil berat badan bayi pada kelompok eksperimen setelah diberikan terapi pijat sebesar 5600 dan pada kelompok kontrol sebesar 4500 berdasarkan uji dari uji *Mann-Whitney* didapatkan p value sebesar 0,01 ($p < 0,05$) yang bermakna adanya peningkatan berat badan, peningkatan berat badan yang terjadi yaitu sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan.

Hal ini menunjukkan bahwa melakukan pijat pada bayi sejalan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti. Begitu juga penelitian yang dilakukan oleh ([Maratul Mutmainah, Sri Hartini, 2014](#)) hasil penelitian menyatakan bahwa ada perbedaan berat badan bayi sebelum dipijat dengan sesudah dipijat. Pada karakteristik semua bayi (100%) adalah 0 bulan, dengan berat badan minimal 2700 gram dan berat maximal 3300 gram, dan setelah dilakukan pijat bayi mengalami kenaikan sebesar 5 – 25%. Sehingga dapat dikatakan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan bayi usia 0 – 3 bulan.

Menurut data Dinas Kesehatan Kabupaten Kotawaringin Timur Tahun 2017 diperoleh data bayi yang melakukan penimbangan sebanyak 4.738 bayi. Dari data tersebut terjaring berat badan (BB) bayi yang tidak naik BB sebesar 277 bayi. Data Puskesmas Baamang II pada bulan Januari – Desember 2017 ada 240 bayi yang melakukan

penimbangan BB, hasil penjaringan diperoleh 26 bayi yang tidak naik BB dan pada bulan Januari – Desember 2018 jumlah bayi yang melakukan penimbangan ada 275 dan terjaring ada 32 bayi yang tidak naik berat badannya. Dilihat dari data tersebut bahwa melakukan pijat Bayi dapat membantu bayi dalam pertumbuhan dan perkembangannya. Perkembangan bayi tidak hanya dari asupan nutrisi saja tetapi dari faktor lingkungan yaitu berupa sentuhan dengan pijat bayi, dengan cara ini tumbuh kembang bayi sangat baik tidak hanya diperoleh dari asupan makanan saja.

Dari latar belakang tersebut bahwa pijat bayi membantu dalam simulasi pertumbuhan dan perkembangan yang baik bagi bayi maka penulis merasa tertarik untuk meneliti lebih dalam mengenai Pengaruh Pijat Bayi terhadap Berat Badan Bayi Usia 3 – 6 Bulan. Berdasarkan uraian diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3 – 6 bulan?. Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3 – 6 bulan.

METODE PENELITIAN

Jenis Penelitian

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain penelitian *quasi eksperimen* dengan pendekatan *one group pretest posttest design* yaitu kegiatan penelitian yang memberikan tes awal (pretest) sebelum diberikan perlakuan, setelah diberikan perlakuan barulah memberikan tes akhir (posttest). Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Baamang II tahun 2019.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah 98 bayi yang melakukan penimbangan di Wilayah Kerja Puskesmas Baamang II pada bulan Februari – Mei 2019. Sampel dalam penelitian ini yaitu 32 bayi yang berusia 3 – 6 bulan di Puskesmas Baamang II yang memenuhi kriteria.

Kriteria inklusi yaitu bayi berumur 3 – 6 bulan yang dipijat oleh tenaga yang terlatih dengan standar pijat bayi, berat badan normal, bayi dengan keadaan sehat tanpa komplikasi, orang tua yang bersedia melakukan intervensi yang telah disosialisasikan oleh peneliti dan bayi yang bertempat tinggal di wilayah tempat penelitian Puskesmas Baamang II. Kriteria

eksklusinya yaitu bayi yang cacat fisiknya dan bayi yang sedang sakit.

Pengumpulan Data

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner yang berisi pertanyaan yang berhubungan dengan biodata bayi, timbangan bayi digital dan lembar observasi.

Analisis Data

Analisis univariat digunakan untuk menampilkan atau melihat gambaran distribusi frekuensi responden menurut variabel yang diteliti. Pada penelitian ini analisa univariat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi masing-masing variabel.

Analisis Bivariat digunakan untuk melihat hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Pada penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3 – 6 bulan maka statistik yang digunakan adalah uji T-berpasangan (Paired T-test).

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 menunjukkan bahwa umur ibu tertinggi adalah umur ibu 20-35 tahun yaitu sebesar 28 orang (87,5%) dan terendah adalah ≥ 35 tahun sebesar 4 orang (12,5%). Pendidikan ibu tertinggi yaitu SMU sebesar 24 orang (75%), sedangkan pendidikan ibu terendah yaitu SMP sebanyak 1 orang (3,1%). Persentase ASI Eksklusif ibu tertinggi yaitu ASI sebesar 28 orang (75%), sedangkan yang terendah Air Susu Ibu (ASI) dan Pendamping Air Susu Ibu (PASI) yaitu 4 orang (25%).

Tabel 2 menunjukkan frekuensi berat sebelum pijat bayi diberikan rata-rata berat badan bayi adalah 6168,75 gram dengan standar deviasi 1451,23. Nilai berat badan terendah yaitu 4100 gram dan berat badan tertinggi 880 gram. Setelah diberikan pijat bayi, rata-rata berat badan bayi adalah 6274,38 gram dengan standar deviasi 1406,82 dan berat badan terendah 4790 gram dan berat badan tertinggi 9350 gram.

Tabel 3 menunjukkan bahwa berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi sebesar 32 orang (100%) dan sesudah pemijatan terjadi kenaikan berat badan Bayi sebesar 32 orang (100%). Hasil uji statistik Paired T-Test menunjukkan nilai P-Value 0,000 ($P\text{-Value} < \alpha 0,05$) sehingga dapat disimpulkan terdapat Pengaruh Pijat Bayi terhadap Berat Badan Bayi

Usia 3 – 6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas

Baamang II.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden menurut Umur Ibu, Pendidikan Ibu, dan ASI Eksklusif

Karakteristik	n	%
Umur Ibu (Tahun)		
< 20	0	0
20 – 34	28	87,5
≥ 35	4	12,5
Total	32	100
Pendidikan Ibu		
SD	0	0
SMP	1	3,1
SMU	24	75
PT	7	21,9
Total	32	100
ASI Eksklusif		
ASI	28	75
ASI dan PASI	4	25
Total	32	100

Sumber: Data Primer

Tabel 2. Frekuensi Berat Badan Bayi Sebelum dan Sesudah Diberikan Pijat Bayi

Variabel	Mean (gram)	Standar Deviasi	Min	Max
Berat Badan Sebelum Pijat	6168,75	1451,23	4100	8800
Berat Badan Sesudah Pijat	6274,38	1406,82	4790	9350

PEMBAHASAN

Karakteristik Umur Ibu

Hasil penelitian menunjukkan persentase umur ibu yang melakukan pijat bayi umur ibu tertinggi adalah umur ibu 20-35 tahun yaitu sebesar 28 orang (87,5%) dan terendah adalah ≥35 tahun sebesar 4 orang (12,5%). Berdasarkan hasil penelitian tersebut diketahui bahwa usia ibu yang melakukan pijat bayi paling banyak adalah ibu yang berumur 25 – 35 tahun sebanyak 28 orang (87,5%). Hasil penelitian ini didukung dengan teori yang menyatakan bahwa usia mempengaruhi terhadap daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin bertambah usia akan semakin berkembang pula daya tangkap dan pola pikirnya, sehingga pengetahuan yang diperolehnya semakin membaik. Pada usia muda, individu akan lebih berperan aktif dalam

masyarakat dan kehidupan sosial serta lebih banyak melakukan persiapan demi suksesnya upaya menyesuaikan diri menuju usia tua, selain itu orang usia muda akan lebih banyak menggunakan banyak waktu untuk membaca. Kemampuan intelektual, pemecahan masalah, dan kemampuan verbal dilaporkan hampir tidak ada penurunan pada usia ini.

Berdasarkan asumsi peneliti didapatkan bahwa walaupun usia ibu sebagian besar berada pada kategori dewasa awal (25 – 35 tahun) menurut Depkes RI (2009) namun masih banyak ibu pada kategori dewasa akhir yang belum mengerti tentang pijat bayi sehingga dapat disimpulkan bahwa ibu dengan usia dewasa awal lebih banyak yang memiliki pengetahuan yang baik.

Karakteristik Pendidikan Ibu

Hasil penelitian menunjukkan tingkat pendidikan ibu tertinggi yaitu SMU sebesar 24 orang (75%), sedangkan pendidikan ibu terendah yaitu SMP sebanyak 1 orang (3,1%). Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain terhadap suatu hal agar mereka dapat memahami. Tidak dapat dipungkiri bahwa makin tinggi pendidikan seseorang semakin mudah pula mereka menerima informasi dan pada akhirnya makin banyak pula pengetahuan yang dimilikinya. Sebaliknya, jika seseorang tingkat pendidikannya rendah, akan menghambat perkembangan sikap seseorang terhadap penerimaan, informasi, dan nilai-nilai yang baru diperkenalkan (Arikunto, 2010). Peningkatan pengetahuan tidak mutlak diperoleh di pendidikan formal, akan tetapi juga

dapat diperoleh pada pendidikan non formal. Pengetahuan seseorang tentang sesuatu obyek juga mengandung dua aspek yaitu aspek positif dan negatif. Kedua aspek inilah yang akhirnya akan menentukan sikap seseorang terhadap obyek tertentu. Semakin banyak aspek positif dari obyek yang diketahui, akan menumbuhkan sikap makin positif terhadap obyek tersebut (Meliono, 2007).

Hal ini disebabkan karena tingkat pendidikan ibu sangat mempengaruhi pola pikir dan informasi yang diterima oleh ibu khususnya tentang pijat bayi. Tingkat pendidikan ibu yang sebagian besar hanya kategori menengah keatas tentunya membuat akses informasi yang diterima ibu juga terbatas, maka dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat pendidikan ibu maka akan semakin mudah untuk menerima informasi.

Tabel 3. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Berat Badan Bayi Usia 3 – 6 Bulan

Variabel	Berat Badan Bayi				t	P-Value
	Sebelum		Sesudah			
	n	%	n	%		
Pijat Teratur	32	100	32	100	-4,230	0,000
Pijat Tidak Teratur	0	0	0	0		

Karakteristik ASI Eksklusif

Hasil penelitian ini menunjukkan persentase ASI Eksklusif ibu tertinggi yaitu ASI sebesar 28 orang (75%), sedangkan yang terendah air susu ibu (ASI) dan pendampig air susu ibu (PASI) yaitu 4 orang (25%). Pemberian ASI Eksklusif saja pada bayi 0 – 6 bulan dapat membantu pertambahan berat badan bayi karena komponen air susu ibu (ASI) sesuai dengan kebutuhan bayi. Pijat bayi bermanfaat meningkatkan hubungan batin orang tua dan bayinya, meningkatkan nafsu makan, pola tidur bayi akan lebih baik, mengembangkan komunikasi, memahami isyarat bayi dan meningkatkan percaya diri, menurut (Trilaksono, 2013).

Pemijatan akan meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat Glucocorticoid (Adrenalin, suatu hormon stress). Pijat sangat dianjurkan dalam pemberian ASI Eksklusif pada bayi 0 – 6 bulan. Dalam rangka perawatan bayi perlu dilakukan usaha salah satunya dengan pijat bayi, dimana pijat bayi salah satu manfaatnya adalah meningkatkan produksi ASI, dengan

tercukupnya ASI maka berat badan anak akan naik (Miah Adroeni AH, 2010).

Berat Badan Bayi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi yaitu 6168,75 gram dan terdapat kenaikan rata-rata berat badan bayi sesudah pemijatan yaitu 6274,38 gram. Setiap bayi dilahirkan dengan berat badan berbeda, begitupun dengan pertumbuhannya. Namun, umumnya bayi akan mengalami kenaikan berat badan dengan cepat pada tiga bulan pertama. Berat badan bayi dipengaruhi oleh berbagai aspek, salah satunya asupan yang diterima bayi (Pambudi, 2016).

Berdasarkan hasil penelitian terlihat bahwa berat badan bayi sebelum dilakukan pijat bayi sebesar 32 orang (100%) dan sesudah pemijatan terjadi kenaikan berat badan bayi sebesar 32 orang (100%). Hasil uji statistik *Paired T-Test* menunjukkan nilai *P-Value*=0,000 (*P-Value* < α 0,05) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap berat badan bayi usia 3 – 6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas Baamang II.

Penelitian ini sejalan dengan Penelitian yang dilakukan oleh ([Maratul Mutmainah, Sri Hartini, 2014](#)), yang menyatakan bahwa Pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan bayi usia 0-3 bulan. Penelitian ini menggunakan *Uji Statistik Paired T -Test* dengan tingkat signifikan $P\text{-Value}=0.000$, yang artinya bahwa ada perbedaan berat badan bayi sebelum dipijat dengan sesudah dipijat. Pada karakteristik semua bayi (100%) adalah 0 bulan, dengan berat badan minimal 2700 gram dan berat maksimal 3300 gram, dan setelah dilakukan pijat bayi mengalami kenaikan sebesar 5 – 25%. Sehingga dapat dikatakan bahwa pijat bayi efektif dalam meningkatkan berat badan bayi usia 0 – 3 bulan. Pada hasil penelitian ini adalah agar bayi dilakukan pijat bayi sedini mungkin untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Penelitian yang dilakukan oleh *Touch Research Institute* di Miami, Amerika Serikat, juga menguatkan hal tersebut dengan hasil penelitian yang mengungkapkan bahwa bayi yang dipijat sejak lahir akan meningkat berat badannya sebesar 47%.

Pijat mempengaruhi system saraf dari tepi sampai pusat. Tekanan pada reseptor saraf dikulit akan menyebabkan pelebaran vena, arteri, dan kapiler sehingga akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan gerakan usus disaluran cerna. Menurut ([Rosalina, 2015](#)) pijat juga memberi dampak pemacuan saraf fagus yang berhubungan dengan sistem perut besar dan merangsang pengeluaran hormon penyerapan sehingga makanan dalam hal ini gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsang raba. Rangsang raba adalah yang paling penting dalam perkembangan. Sensasi sentuhan merupakan sensori yang paling berkembang saat lahir.

Pijat bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan perasaan gelisah terutama pada bayi. Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga bayi menjadi tenang dan tidurnya nyenyak. Sentuhan lembut pada bayi merupakan sarana ikatan yang indah antara bayi dan orang tuanya ([Minarti, N.M.A., & Utami, 2012](#))

Manfaat pijat bayi antara lain meningkatkan berat badan dan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat bayi tidur lelap, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (bonding), meningkatkan produksi ASI. Selain ada manfaat, pijat bayi juga memiliki dampak dan komplikasi bila dilakukan dengan tidak benar akibat kesalahan pemijat seperti trauma atau lebam pada kulit dan otot, rasa sakit pada bayi sehingga bayi menjadi rewel, cedera otot dan tulang, pembengkakan, bayi semakin rewel. Tetapi selama pijat bayi dilakukan dengan benar dan lembut, maka pijat bayi aman dilakukan, bahkan bermanfaat ([Cahyaningrum & Sulistyorini, 2014](#)).

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat dibuat kesimpulan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi usia 3 – 6 bulan. Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat lebih meningkatkan penelitian yang berkaitan dengan pijat bayi dan berat badan bayi dengan menggunakan faktor lain yang dapat mempengaruhi kenaikan berat badan bayi.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Rineka Cipta.
- Cahyaningrum & Sulistyorini. (2014). Hubungan pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi umur 0-3 bulan di rb suko asih sukoharjo tahun 2013. *Naskah Publikasi. Akademi Kebidanan Mamba'ul 'Ulum Surakarta*.
- Hady J, A. (2014). Pengaruh Pemijatan pada Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan di Wilayah Kerja Pukesmas Weoe Kecamatan Wewiku Kabupaten Belu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 4(1), 114–118.
- Hidayat, Abdul A. A. (2014). *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisis Data* (Ed. II). Salemba Medika.
- Irva, T., Hasanah, O., & Woferst, R. (2016). Pengaruh Terapi Pijat terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi. *Jom Psik*, 1(2), 1–9.
- Maratul Mutmainah, Sri Hartini, A. S. (2014). *Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi Usia 0-3 Bulan di SMC RS Telogorejo*. 178–187.

- Meliono, I. (2007). *Pengetahuan Kesehatan*. Lembaga Penerbitan FEUI.
- Miah Adroeni AH. (2010). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 0 - 3 Bulan di BPS Saraswati Sleman Yogyakarta Tahun 2010*.
- Minarti, N.M.A., & Utami, K. (2012). *Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3 – 6 bulan di Wilayah Kerja Puskesmas II Denpasar Timur Tahun 2012*.
- Pambudi, W. (2016, March 6). Faktor Penting yang Pengaruhi Kenaikan Berat Badan Bayi. *KOMPAS.Com*. <https://health.kompas.com/read/2016/03/06/130300523/Faktor.Penting.yang.Pengaruhi.Kenaikan.Berat.Badan.Bayi>
- Pitre, S. (2014). Effect of Massage on Physiological and Behavioral Parameters among Low Birth Weight Babies. *International Journal of Science and Research (IJSR)*, 3(5), 474–487. <https://www.ijsr.net/archive/v3i5/MDIwMTMxODAw.pdf>
- Rosalina, I. (2015). *Fisiologi Pijat Bayi*. Trikarsa.
- Serrano, M. S. C., Doren, F. M., & Wilson, L. (2010). Feature Articles Teaching Chilean Mothers to Massage Their Full-Term Infants: Effects on Maternal Breast-Feeding and Infant Weight Gain at Age 2 and 4 Months. *The Journal of Perinatal & Neonatal Nursing*, 24(2), 172–181. <https://doi.org/10.1097/JPN.0b013e3181db5377>.
- Sulung, N., & Gayatri, A. C. D. (2015). Efektivitas Massage Baby Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 3-4 Bulan di BPS Bunda Kecamatan Mandiangin Koto Selayan Bukittinggi Tahun 2014. *Menara Ilmu*, IX, IX(57).
- Trilaksono. (2013). *Stimulasi Pada Bayi Dan Ibu*. EGC.
- Wong, Hockenberry, Wilson, Perry, & Lowdermilk. (2006). *Maternal Child Nursing Care* (3rd Editio). Mosby Elsevier.
- Yuliana, A., Suharto, A., & Handayani, T. E. (2013). Perbedaan Berat Badan Bayi Usia 3-5 Bulan yang Dipijat dan Tidak Dipijat (Di Kelurahan Tawanganom Kecamatan Magetan Tahun 2013). *Jurnal Penelitian Kesehatan Suara Forikes*, IV(4), 2016–2019.