



DPK PPNI FIK UMSBY

Jurnal Keperawatan Muhammadiyah

Alamat Website: <http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM>



Efektifitas Pijat Bayi Teknik Kunci Dan Senam Bayi Terhadap Peningkatan Nafsu Makan Bayi Usia 6 - 12 Bulan Di Puskesmas Kenjeran Surabaya

Umi Ma'rifah ¹, Gita Marini ²

¹⁻²Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surabaya, Surabaya, Indonesia

INFORMASI

Korespondensi:
umiumsurbaya@gmail.com

Keywords:
Infant Massage, Baby
Gymnastics, Baby Appetite

ABSTRACT

Objective: The number of children under Indonesia is very large at around 10% of the entire population, the quality of growth and development of infants need to get serious attention is to get good nutrition. The provision of good nutrition depends on nutrition is also influenced by the consumption of a meal. The number of infants who have difficulty eating as much as 25%, an increase of 40-70% in children born prematurely or with chronic diseases in the region of Puskesmas Kenjeran Surabaya. Massage as an alternative to improve health by increasing underweight due to a decrease in appetite. Babies who do gymnastics baby talk faster, better appetite, sleep more soundly, and in the process of development of motion more quickly than babies who do not follow gymnastics. The study aims to analyze the effectiveness of infant massage techniques and exercise key to increased appetite infant infants aged 6-12 months in Puskesmas Kenjeran Surabaya.

Methods: The study was conducted for 8 months. Research Design Pre experimental design pre-post test only. Its population is infants aged 6-12 months were decreased appetite ranging from mild to severe in the IHC area Kenjeran Surabaya health centers with a total sample of 25 infants using cluster random sampling technique

Results: The collection of data through questionnaires and observation. The results of the data analysis by Spearman Rho test result $p = 0.029$, which means that there is the effect of infant massage and baby gymnastics to increased appetite.

Conclusion: Infant massage combined with baby gymnastics can be applied to infants aged 6-12 months, so there is an increase in appetite, as well as solutions to improve the nutritional status of infants who weigh

PENDAHULUAN

Kehidupan anak usia dibawah lima tahun merupakan bagian yang sangat penting. Kesehatan bayi dan balita harus selalu dipantau untuk memastikan kesehatan mereka selalu dalam kondisi optimal. Pelayanan kesehatan bayi termasuk salah satu dari beberapa indikator yang bisa menjadi ukuran keberhasilan upaya peningkatan kesehatan bayi dan balita. Capaian Indikator pelayanan kesehatan anak balita pada tahun 2013 sebesar 70,12% dan itu berarti belum memenuhi target Renstra pada tahun 2013 yang sebesar 83% (Kemenkes RI., 2014). Pemberian gizi yang baik bergantung dari asupan nutrisi yang juga dipengaruhi oleh konsumsi makan. Dua puluh lima persen bayi mengalami kesulitan makan, dan meningkat sebesar 40-70 % pada anak yang lahir prematur atau dengan penyakit kronik (Widodo, 2004).

Salah satu kesulitan pemberian makan pada anak dikarenakan gangguan nafsu makan. Data dalam laporan program gizi (Minilok Puskesmas Kenjeran, 2012). Terdapat 475 balita peserta posyandu. Data penilaian nafsu makan bayi di posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran yang diperoleh dari hasil penyebaran kuisioner di posyandu pada tanggal 22 Oktober 2007 dari 58 anggota posyandu, 47 anak yang hadir di dapatkan 51 % atau 24 anak nafsu makan berkurang, sebanyak 42,4 % atau 20 anak nafsu makan baik dan sebanyak 6,3 % atau 3 anak dengan gangguan nafsu maakan berat. Pemijatan sebagai salah satu alternatif untuk memperbaiki kesehatan dengan cara meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan yang diduga nafsu makan (Widodo, 2004). Kusyarini (2006) juga menyebutkan bahwa bayi yang melakukan senam bayi lebih cepat bersicara, nafsu makan lebih baik, tidur lebih lelap dan dalam proses perkembangan geraknya lebih cepat dibandingkan yang tidak mengikuti senam bayi, namun sampai saat ini efektifitas pijat bayi dan senam bayi terhadap peningkatan nafsu makan belum diketahui dengan jelas.

Peristiwa kesulitan makan yang terjadi pada anak biasanya berlangsung lama. Komplikasi yang timbul adalah gangguan asupan gizi seperti kekurangan kalori, protein, vitamin, mineral, elektrolit dan anemia, (Widodo, 2004). Narendra (1995) menyatakan bahwa di Indonesia terdapat kekurangan gizi kronis yang menurut UNICEF sebesar 46 % terjadi pada usia kelompok bayi. Asupan gizi yang kurang dapat mempengaruhi berat badan bayi. Data berat badan pada laporan program gizi (Minilok) Minilok Puskesmas Kenjeran (2012) terdapat 75 balita peserta posyandu dengan ketentuan status gizinya menurut berat badan 10 % atau 47 anak dinyatakan berat badan kurang atau di bawah garis merah, 1 % atau 5

anak dinyatakan berat badan lebih dan selebihnya 89 % atau 423 anak dinyatakan berat badan normal. Berat badan yang kurang merupakan salah satu indikasi pertumbuhan yang terganggu. Narendra (2002) menyatakan bahwa di Indonesia masih terdapat kekurangan gizi kronis akibat gangguan pertumbuhan yang menurut UNICEF sebesar 46 % pada kelompok bayi. Bayi dengan berat badan rendah beresiko terkena penyakit yang lebih besar dibandingkan dengan bayi yang berat badan normal.

Pemijatan merupakan tradisi lama namun merupakan penemuan baru keilmuan sebagai stimulasi pertumbuhan dan perkembangan anak. Menurut (Roesli, 2007) dalam bukunya mengatakan kebiasaan pijat-memijat dalam masyarakat kita sebenarnya merupakan tradisi yang sudah dikenal sejak lama tanpa diketahui secara jelas bagaimana pijat dan sentuhan dapat secara positif berpengaruh pada tubuh manusia. Bahkan buku kedokteran tertua di India dan juga bahkan para dokter di Cina dan Dinasti Tang di Cina menuliskan seni pijat sebagai cara penyembuhan utama pada masa itu.

Pemberian pijat bayi teknik kunci yang benar, dengan adanya peningkatan aktivitas Nervus Vagus dan hormon gastrin dan insulin sehingga penyerapan sari makan lebih baik, pengosongan lambung lebih cepat, dengan harapan nafsu makan anak meningkat. Bayi yang melakukan senam maka otot akan berkontraksi dan pemecahan ATP (Adenosin Trifosfat) menjadi sejumlah ADP (Adenosin Difosfat). Sejumlah energi akan terpakai saat otot berkontraksi sehingga cadangan energi akan berkurang hal ini akan merangsang pusat lapar hipotalamus (Guyton, 1991). Atas pertimbangan inilah peneliti tertarik meneliti dengan judul efektifitas pijat bayi teknik kunci dan senam bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *Pre experimental design*. Sampel penelitian ini adalah bayi usia 6-12 bulan yang mengalami penurunan nafsu makan Sampling menggunakan *Cluster Random Sampling*. Variabel independennya yaitu pijat bayi teknik kunci dan senam bayi sedangkan variabel dependennya adalah nafsu makan bayi.

Penelitian di wilayah kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya yaitu Posyandu Gelombang Cinta 1 dan Posyandu Gelombang Cinta 2, Bulak Setro III Puskesmas Kenjeran, Kec. Bulak Surabaya. Penelitian dilakukan pada bulan April s.d Oktober 2014.

Sesuai dengan prosedur penelitian adalah mengirimkan surat permohonan pengambilan data dari LPPM Universitas Muhammadiyah kepada Kepala

Puskesmas Kenjeran Surabaya, Bakesbanglitmas, Dinas Kesehatan Kota dilanjutkan perijinan di ketua RW.05 Bulak Setro III. Setelah mendapatkan ijin pengambilan data, kemudian melakukan *informed consent* kepada sampel terpilih untuk kemudian dilakukan wawancara tentang nafsu makan bayi dengan kuesioner sebelum dan setelah dilakukan pijat bayi dan senam bayi. Perlakuan pijat bayi dan Senam Bayi dilakukan sesuai dengan indikator yang telah ditentukan.

Sumber data penelitian ini adalah data primer, data yang diperoleh berdasarkan hasil pengamatan langsung yaitu melakukan observasi pijat bayi teknik kunci dan senam bayi kemudian di lakukan penilaian nafsu makan bayi usia 6-12 bulan menggunakan ceklist kuisisioner penilaian nafsu makan

Metode pengumpulan data dilakukan dengan wawancara tentang nafsu makan bayi menggunakan kuesioner dan melakukan penilaian pijat bayi teknik kunci dan senam bayi dengan cek list SOP. Penelitian ini terdiri dari 2 variabel, variabel independen yaitu teknik pijat bayi teknik kunci dan senam bayi, variabel dependennya peningkatan nafsu makan bayi. Jenis skala data ordinal akan diuji menggunakan uji analisa *Spearman Rho* dengan nilai kemaknaan 0,5%.

HASIL

1. Nafsu Makan Bayi Sebelum Dilakukan Pijat Bayi dan Senam Bayi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi nafsu makan bayi sebelum perlakuan di posyandu Gelombang Cinta 1 dan Gelombang Cinta 2 Puskesmas Kenjeran tahun 2014.

No.	Indikator Nafsu makan	Pre test			
		Nilai Rata-rata	Interpretasi	Rata-Rata Nilai Total	Interpretasi
1.	Penerimaan terhadap makanan	1,7	Sering	43(57%)	Kurang
2.	Proses makanan ke pencernaan sampai tidak memuntahkan	1,2	Jarang	29(39%)	Kurang
3.	Variasi dan jenis dalam makanan	1,5	Jarang	37(49%)	Kurang
4.	Jumlah konsumsi makanan	1,8	Jarang	36(48%)	Kurang
5.	Kebiasaan makan	0,47	Jarang	12(16%)	Buruk
	Rata-rata	1.03	Jarang	42(41,68%)	Kurang

Berdasarkan dari tabel 1 di atas di dapatkan hasil penilaian nafsu makan bayi *sebelum dilakukan* perlakuan pijat bayi dan senam bayi yaitu: (1) indikator penerimaan terhadap makanan dengan

skor 43 atau 57%; (2) proses makanan ke pencernaan sampai tidak memuntahkan dengan skor 29 atau 39%; (3) variasi dan jenis dalam makanan dengan skor 37 atau 49%; (4) jumlah konsumsi makanan dengan skor 36 atau 48%, dan (5) kebiasaan makan dengan skor 12 atau 16% dengan nilai rata-rata 42 atau 41,68%.

2. Nafsu Makan Bayi Setelah Dilakukan Pijat Bayi dan Senam Bayi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi nafsu makan bayi setelah perlakuan di posyandu Gelombang Cinta 1 dan Gelombang Cinta 2 Puskesmas Kenjeran tahun 2014.

No.	Indikator Nafsu makan	Pre test			
		Nilai Rata-rata	Interpretasi	Rata-rata Nilai Total	Interpretasi
1.	Penerimaan terhadap makanan	1,37	Sering	49(66%)	Baik
2.	Proses makanan ke pencernaan sampai tidak memuntahkan	1,81	Sering	45(60%)	Kurang
3.	Variasi dan jenis dalam makanan	1,3	Sering	47(63%)	Baik
4.	Jumlah konsumsi makanan	2,1	Sering	52(69%)	Baik
5.	Kebiasaan makan	0,5	Jarang	13(18%)	Buruk
	Rata-rata	2	Sering	41(64%)	Baik

Berdasarkan dari tabel 2 di atas di dapatkan hasil penilaian nafsu makan bayi *setelah dilakukan* pijat bayi dan senam bayi yaitu: (1) indikator penerimaan terhadap makanan dengan skor 49 atau 66%; (2) proses makanan ke pencernaan sampai tidak memuntahkan dengan skor 45 atau 60%; (3) variasi dan jenis dalam makanan dengan skor 47 atau 63%; (4) jumlah konsumsi makanan dengan skor 52 atau 69%, dan (5) kebiasaan makan dengan skor 13 atau 18% dengan nilai rata-rata 41 atau 64%.

3. Analisa data Nafsu Makan Bayi Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Bayi dan Senam Bayi .

Untuk menguji hipotesis penelitian dibuktikan melalui uji *Spearman Rho* dengan taraf signifikan α (0.05) = 0,029 dan nilai koofisien korelasi sebesar 0,429, maka kesimpulan yang di dapat adalah nilai 0,029 < (α =0.05), artinya Ho di tolak atau terdapat perbedaan bermakna nilai nafsu makan *sebelum perlakuan – setelah perlakuan*, jadi ada pengaruh pemberian pijat bayi dan senam bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi nafsu makan bayi sebelum dan setelah perlakuan di posyandu Gelombang Cinta 1 dan Gelombang Cinta 2 Puskesmas Kenjeran tahun 2014.

No.	Nafsu makan	Bayi Usia 6-12 Bulan			
		Sebelum		Sesudah	
		n	%	n	%
1.	Baik	3	12	10	40
2.	Kurang	18	72	14	56
3.	Buruk	4	16	1	4
Total		25	100	25	100

Penelitian ini sebelumnya melalui uji *Normalitas* dan *Validitas* untuk menunjukkan tingkat-tingkat kevalidan atau kesahihan suatu instrumen, dan kemudian *Reabilitas* dengan uji *spearman* dengan nilai *r* kritis (0.306) karena instrumen yang sudah dapat dipercaya (yang reabel) akan menghasilkan data yang dapat dipercaya juga. Dan didapatkan nilai cronbach's alpha lebih nilai *r* kritis.

Berdasarkan hasil analisis yang telah dilakukan ditunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan pada nafsu makan sebelum dan setelah pemberian pijat bayi pada kelompok perlakuan.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data dengan uji *Spearman Rho* dan pendekatan ke distribusi Z dengan tingkat kebenaran 0.05 hasilnya didapatkan *tingkat kemaknaan sebesar* (0,029) yang lebih kecil dari α 0.05, yang berarti ada pengaruh pemberian pijat bayi terhadap peningkatan nafsu makan. Adanya pengaruh ini disebabkan oleh subyek dan proses dalam pemijatan yang tepat, sehingga dapat mempengaruhi dari hasil.

Menurut Turner dan Nanayakkara (2005) pemijatan merupakan teknik sentuhan dengan memusatkan perhatian pada kelembutan kulit bayi. Senam bayi (baby gym) menurut Dini (2013) merupakan suatu bentuk permainan gerakan pada bayi, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta kemampuan pergerakan bayi secara optimal. Hal yang sangat menarik pada penelitian tentang pemijatan bayi adalah mekanika dasar pemijatan. Menurut Roesli (2001) ada beberapa cara pada mekanisme dasar pijat bayi menerangkan antara lain *pertama* adalah mekanisme pertumbuhan, pijatan akan meningkatkan pertumbuhan anak. Ditemukan bahwa hubungan taktil dapat menyebabkan peningkatan enzim ODC (*ornithine decarboxylase*) sebagai enzim pertumbuhan sel dan jaringan, peningkatan pengeluaran hormon

pertumbuhan, meningkatkan kepekaan ODC jaringan terhadap pemberian hormon pertumbuhan. *Kedua* mekanisme penyerapan makanan yang lebih baik, bayi yang dipijat akan terjadi peningkatan tonus *nervus vagus* (saraf otak kesepuluh), peningkatan aktivitas *nervus vagus* akan menyebabkan peningkatan produksi enzim penyerapan seperti *gastrin* dan *insulin* sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik. Kondisi inilah yang dapat menjelaskan mengapa nafsu makan meningkat sehingga berat badan bayi yang dipijat meningkat lebih banyak. Adanya peningkatan *nervus vagus* menyebabkan bayi akan lebih cepat lapar dan sering menyusu pada ibu. *Ketiga* mekanisme peningkatan daya tahan tubuh, produksi *serotonin* meningkatkan daya tahan tubuh. Pijat bayi dapat meningkatkan aktivitas *neurotransmitter serotonin* yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi meningkatkan *glucocorticoid* (*adrenalin*, suatu hormon stres). Hal ini menyebabkan terjadinya penurunan hormon adrenalin dan meningkatkan daya tahan tubuh terutama *IgM* dan *IgG* dan *keempat* mekanisme tidur lelap dan meningkatkan kesiagaan, pijatan dapat mengubah gelombang otak sedemikian rupa sehingga terjadi penurunan gelombang *alpha* dan peningkatan gelombang *beta*, serta *tetha*. Gelombang otak seperti ini akan membuat bayi tidur lelap dan saat terbangun akan berada dalam keadaan siaga (*full alert*).

Pada Bayi yang diberi stimulus infant exercise otot-otot yang bekerja akan mengalami kontraksi. Saat otot-otot berkonstraksi terjadi pemecahan ATP menjadi ADP. Salah satu sumber ADP adalah melalui proses glikolisis. Glukosa diubah menjadi ADP maka kadar glukosa dalam darah akan menurun, hal ini akan menjadi terjadinya peningkatan pelepasan neuron glukosensitif yang berada dipusat lapar hipotalamus (lateral) Selain itu ADP dihasilkan dari proses metabolisme oksidatif. Proses ini mengakibatkan penurunan jumlah O₂ jaringan yang menyebabkan peningkatan aliran darah. Dengan peningkatan aliran darah, jumlah O₂ yang didistribusikan ke jaringan akan meningkat, sehingga kecepatan penggunaan zat makanan akan meningkat. Pemecahan ATP menjadi ADP mengakibatkan pelepasan sejumlah energi, sehingga cadangan energi menurun yang selanjutnya juga akan meningkatkan penggunaan zat makanan. Dengan terjadinya letupan neuron glukosensitif dan kecepatan penggunaan zat makanan yang meningkat, maka akan meningkatkan pusat lapar hipotalamus. Hal ini akan meningkatkan nafsu makan. Sehingga peningkatan absorpsi zat nutrisi terjadi akibat intake makanan yang meningkat, dengan demikian berat badan bayi akan meningkat (Guyton, 1991). Selain infant exercise beberapa factor yang secara khusus mempengaruhi berat badan adalah keturunan,

lingkungan (nutrisi, penyakit dan status kesehatan, social ekonomi dan mikro environment (Narendra 2002).

Menurut Walker, P. (2011) pemijatan pada bagian perut bayi dapat membuat perut bayi lebih rileks. Perut yang rileks memudahkan pencernaan karena memungkinkan diafragma di dasar paru-paru untuk turun, hal ini meningkatkan volume oksigen dan menciptakan gelombang internal halus yang melembutkan organ-organ pencernaan melalui setiap tarikan napas. Pijat bayi dapat membuat bayi cepat merasa lapar, karena penyerapan makanan menjadi lebih baik (Prasetyono, 2013).

KESIMPULAN

1. Nafsu Makan Bayi Setelah Dilakukan Pijat Bayi dan Senam Bayi

Data dari sebelum perlakuan, responden bayi usia 6-12 bulan di Posyandu Gelombang Cinta 1 dan 2 Puskesmas Kenjeran Kecamatan Bulak tahun 2014 di dapatkan bahwa responden yang memiliki nafsu makan buruk 4 responden (16%), sebanyak 18 responden (72%) mengalami nafsu makan kurang dan 3 responden (12%) mengalami nafsu makan baik.

2. Nafsu Makan Bayi Setelah Dilakukan Pijat Bayi dan Senam Bayi

Data dari sesudah perlakuan, responden bayi usia 6-12 bulan di Posyandu Gelombang Cinta 1 dan 2 Puskesmas Kenjeran Kecamatan Bulak tahun 2014 di dapatkan bahwa responden yang memiliki nafsu makan buruk 1 responden (4%), sebanyak 14 responden (56%) mengalami nafsu makan kurang dan 10 responden (40%) mengalami nafsu makan baik.

3. Analisa data Nafsu Makan Bayi Sebelum dan Setelah Dilakukan Pijat Bayi dan Senam Bayi .

Kesimpulan yang di dapat adalah nilai $0,029 < (\alpha 0.05)$, jadi ada pengaruh pemberian pijat bayi dan senam bayi terhadap peningkatan nafsu makan bayi usia 6-12 minggu.

SARAN

Dari hasil penelitian ini diharapkan bagi para orang tua terutama para ibu agar terus meningkatkan pola hidup sehat pada bayi dengan cara memberikan perawatan pemijatan yang dikombinasikan dengan senam bayi secara rutin dan benar, dengan harapan dapat meningkatkan mutu kualitas generasi muda dan tercapainya sumber daya manusia bangsa yang berkualitas tinggi.

DAFTAR PUSTAKA

- Dini, A., 2013, *Panduan Praktis Memijat Bayi & Balita*, Yogyakarta : Brilliant Books.
- Guyton, AC. 1991, *Textbook of Medical Physiology*, 8th Edition, London: WB Saunders
- Judawanto Widodo. 2004. Mengatasi Kesulitan Makan Pada Anak. Jakarta: Puspa Sehat
- Kemendes RI., 2014. *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2013*. <http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/profil-kesehatan-indonesia-2013.pdf>. Diakses 10 Januari 2013
- Kusyari, Irawati Ch., 2006, *Panduan Senam Bayi*, Jakarta : Jakarta
- Narendra, Moersintowarti; Titi S Sularyo; Soetjningsih; Hariyono Suyitno; IG, NGDE Ranuh. 2002 *Buku Ajar Tumbuh Kembang Anak dan Remaja*. Jakarta: Sagung Seto.
- Prasetyono, 2013, *Buku Pintar Pijat Bayi, Buku Biru* : Jogjakarta
- Roesli, Utami. 2007. *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi : Usia 0 – 3 Bulan* Cetakan ke III. Trubus Agriwidya: Jakarta.
- Roesli, Utami. 2001. *Pedoman Pijat Bayi*. Trubus Agriwidya: Jakarta
- Roma Turner & Nanayakkara Susie. 2005. *Pemijatan Pada Bayi*. Alih bahasa Cristina Sara. Jakarta : Karisma Publishing Group.
- Walker, Peter, 2011, *Panduan Lengkap Pijat Bayi, Untuk Merangsang Tumbuh Kembang dan Terapi Kesehatan*, Cetakan I, Puspa Swara: Jakarta