
PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN TUMBUH KEMBANG DAN KUALITAS TIDUR BAYI USIA 0-12 BULAN DI POSYANDU CEMPAKA BARU WILAYAH KERJA PUSKESMAS RAMBAH HILIR I

Yuyun Bewelli Fahmi⁽¹⁾, Kyky Afrisca Sari⁽²⁾, Andriana⁽³⁾, Andria⁽⁴⁾, M.Arief Ismail⁽⁵⁾

⁽¹⁾ Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email: yuyunbfahmi8487@gmail.com

⁽²⁾ D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email: kyky.afrisca2001@gmail.com

⁽³⁾ S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email: andriana.midw@gmail.com

⁽⁴⁾ D III Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email: andriaupp@gmail.com

⁽⁵⁾ Pendidikan Profesi Bidan Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pasir Pengaraian
email : muhammadariefismail0022@gmail.com

ABSTRAK

Masa bayi merupakan masa emas dalam pencapaian pertumbuhan dan perkembangan anak yang tentunya memerlukan perhatian khusus. Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan tumbuh kembang dan kualitas tidur bayi usia 0-12 bulan di posyandu cempaka wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir 1. Jenis penelitian yang digunakan Pra Eksperimen dengan pendekatan One Group Pretest Posttest. Populasi studi penelitian ini adalah Ibu yang mempunyai bayi usia 0-12 bulan, Sampel dengan jumlah 30 orang dengan teknik pengambilan sampel yaitu total sampling. Alat ukur penelitian yang digunakan yaitu timbangan berat badan, meteran, kuisioner. Uji statistik yang digunakan adalah uji t-dependent. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tumbuh kembang dan kualitas tidur sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan tumbuh kembang dan kualitas tidur sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

Kata kunci: Pijat Bayi, Peningkatan Tumbuh Kembang, Peningkatan

ABSTRACT

Infancy is a golden period in achieving child growth and development which certainly requires special attention. One of the factors that affect the growth and development of babies is sleep and rest. The purpose of this study was to determine the effect of baby massage on increasing growth and development and sleep quality of infants aged 0-12 months at posyandu cempaka, working area of Puskesmas Rambah downstream I. The type of research used is pre-

experimental with a One Group Pretest Posttest approach. The population of this research study is mothers who have babies aged 0-12 months, the sample is 30 people with a sampling technique that is total sampling. The measuring instruments used in this research are weight scales, meters, questionnaires. The statistical test used is the t-dependent test. The results of this study indicate that growth and development and sleep quality before (pre-test) and after (post-test) are given Baby Massage. The results of statistical tests obtained p value = 0.0001 ($p < 0.05$), it can be concluded that there is a significant difference in growth and development and sleep quality before being given Baby Massage and after being given Baby Massage.

Keywords : *Baby Massage, Increase Growth and Development, Improve Sleep Quality*

PENDAHULUAN

Masa bayi adalah masa keemasan dan juga penting untuk perkembangan. Dikatakan masa kritis karena saat ini anak sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan masa kanak - kanak yang sangat singkat dan tidak dapat diulangi. Bayi terjadi pada tahun pertama kehidupan setelah masa persalinan dua minggu. Selama ini perkembangan anak sangat pesat, baik gerakan motorik besar, perkembangan bahasa, perkembangan kepribadian dan tingkah laku. Pengembangan berfokus pada perubahan yang terjadi secara bertahap, dari level terendah hingga tertinggi, melalui proses yang tinggi dan kompleks, serta proses pendewasaan dan pembelajaran. Perkembangan yang terkait dengan perubahan kualitatif, yang sebagian menjadi pengembangan fungsi kemampuan pribadi, dicapai melalui proses pertumbuhan, kedewasaan, dan pembelajaran ini (Sinaga & Laowo, 2020).

Tumbuh kembang pada bayi tidak terlepas dari konsep pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinu dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan. Pertumbuhan yang meliputi perubahan tinggi badan, berat badan, gigi, struktur tulang, dan karakteristik seksual. Pertumbuhan ini bersifat kuantitatif. Sedangkan perkembangan seperti perkembangan motorik, sensorik, kognitif dan psikososial bersifat kualitatif (Carolin et al., 2020) .

Beberapa faktor yang mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan bayi diantaranya adalah keturunan dan lingkungan. Faktor keturunan (genetik) ini berhubungan dengan gen yang di butuhkan dari ayah dan ibu kepada anaknya. Faktor lingkungan (environment) terdiri dari lingkungan biologis, fisik, sosial dan psikologis. Pertumbuhan dan perkembangan merupakan hasil interaksi dari dua faktor tersebut yang mempengaruhi kualitas proses pertumbuhan dan perkembangan seorang anak.

Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinu dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan. Pertumbuhan yang meliputi perubahan tinggi badan, berat badan, gigi, strukturtulang, dan karakteristik seksual. Pertumbuhan ini bersifat kuantitatif. Sedangkan perkembangan seperti perkembangan motorik, sensorik, kognitif dan psikososial bersifat kualitatif.

Pada proses pertumbuhan dan perkembangan anak, orang tua dan keluarga memiliki peran yang sangat penting bukan hanya untuk memenuhi nutrisi yang cukup,

memberikan perhatian dan kasih sayang, melainkan juga memberikan stimulus untuk membantu proses penyempurnaan jaringan saraf anak.

Diawal pertumbuhan dan perkembangan orang tua memiliki peran dalam pemberian stimulus rangsangan taktil agar terbentuk koordinasi terhadap reflek dan gerakan bayi dengan baik, menanggapi komunikasi bayi sehingga bayi senantiasa memiliki stimulus untuk mengembangkan kemampuan berbicaranya dan mampu mengoptimalkan perkembangan bicara karena adanya rangsangan pada otak yang bertanggung jawab terhadap kemampuan bahasa.

Pemberian stimulus yang diberikan sesaat setelah bayi lahir memberikan efek yang sangat penting pada perkembangan kemampuan motorik dan adaptasi sosial di masa perkembangan bayi hingga dewasa. Dalam perkembangan seorang anak, stimulasi merupakan suatu kebutuhan dasar. Stimulasi memegang peran yang sangat penting untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi untuk dapat berkembang dengan maksimal. Selain itu, stimulasi yang diberikan terus - menerus secara rutin dapat merangsang perkembangan pada sel - sel otak dan akan memperkuat hubungan antar syaraf yang telah terbentuk, secara otomatis fungsi otak akan menjadi semakin baik.

Salah satu stimulus yang dapat di berikan untuk meningkatkan tumbuh kembang bayi adalah Pijat bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak. Pijat bayi lebih bermanfaat di antara penambahan berat badan, pola tidur - bangun yang lebih baik, peningkatan perkembangan neuromotor, perlekatan ikatan emosional yang lebih baik, mengurangi tingkat infeksi nosokomial dan dengan demikian, mengurangi angka kematian pada bayi prematur yang dilahirkan (Sukmawati & Nur Imanah, 2020).

Berdasarkan survey data awal hasil penimbangan berat badan bayi di posyandu cempaka baru, terdapat 30 bayi yang tercatat melakukan penimbangan di posyandu dan hasilnya hanya terdapat 10 bayi atau sekitar 33.33% yang mengalami kenaikan berat badan, sisanya 20 bayi atau sekitar 66.67% bayi tidak mengalami kenaikan berat badan yang seharusnya. Rata-rata ibu bayi tersebut tidak mengetahui dan tidak pernah melakukan cara perawatan kesehatan bayi dengan stimulasi pertumbuhan bayi dengan menggunakan pijat bayi.

Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi peningkatan tumbuh kembang dan kualitas tidur bayi usia 0-12 di posyandu cempaka barul wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir I ”

METODE

Penelitian ini dilakukan jangka waktu yang di butuhkan peneliti untuk memperoleh data ini dilaksanakan pada bulan Mei sampai dengan Juni 2022 Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif analitik. Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah Desain penelitian Pra Eksperimen Design Dengan Rancangan onegrup Pretest – Post Tes design untuk melihat adakah pengaruh pijat bayi terhadap

tumbuh kembang dan kualitas tidur bayi usia 0-12 bulan di posyandu cempaka baru wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir 1. Sampel dalam penelitian ini adalah semua ibu yang mempunyai bayi berumur 0-12 bulan yang di posyandu cempaka baru wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir I sebanyak 30 orang. Teknik Sampling yang di gunakan adalah Total Sampling yang merupakan teknik pengambilan sampel dimana jumlah sampel sama dengan populasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisis Univariat

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Karakteristik responden berdasarkan usia dikategorikan menjadi 4 yaitu usia 0-3 bulan, 4-6 bulan, 7-9 bulan, dan 10-12 bulan yang dapat dilihat pada tabel 5.1 berikut :

Distribusi frekuensi responden berdasarkan Usia di posyandu cempaka baru wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir 1 pada Tanggal 01-13 Juni 2022. Menunjukkan bahwa sebagian besar bayi usia 0-3 bulan yaitu sebanyak 14 responden (46,66%), usia 4-6 bulan sebanyak 12 responden (40%), usia 7-9 bulan sebanyak 2 responden (6,67%), usia 10-12 bulan sebanyak 2 responden (6,67%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan asi eksklusif

Karakteristik responden berdasarkan usia dikategorikan menjadi 2 yaitu ASI dan tidak ASI , yang dapat dilihat pada tabel 4.3 berikut :

Distribusi frekuensi responden berdasarkan asi eksklusif di posyandu cempaka baru wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir 1 pada Tanggal 01-13 Juni 2022. Menunjukkan bahwa sebagian besar bayi ASI sebanyak 26 responden (86,67%), dan bayi tidak ASI sebanyak 4 responden (13,33%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan pendidikan ibu

Karakteristik responden berdasarkan usia dikategorikan menjadi 2 yaitu D3-S1, dan SD-SMA yang dapat dilihat pada tabel 4.4 berikut :

Berdasarkan pendidikan ibu di posyandu cempaka baru wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir 1 pada Tanggal 01-13 Juni 2022. Menunjukkan bahwa sebagian besar pendidikan ibu bayi SD-SMA sebanyak 21 responden (70%), dan D3-S1 sebanyak 9 responden (30%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan pekerjaan ibu

Karakteristik responden berdasarkan usia dikategorikan menjadi 2 yaitu Bekerja dan Tidak Bekerja , yang dapat dilihat pada tabel 5.5 berikut :

Distribusi frekuensi responden berdasarkan pekerjaan ibu di posyandu cempaka baru wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir 1 pada Tanggal 01-13 Juni 2022. Menunjukkan bahwa sebagian besar pekerjaan ibu bayi yaitu tidak bekerja sebanyak 21 responden (70%), dan yang bekerja sebanyak 9 responden (30%).

B. Analisis Bivariat

Berikut ini adalah bentuk penyajian dan interpretasi dari uji statistik t test berpasangan (Pre-test dan post-test).

a. Rata-rata Penambahan Berat Badan pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Tabel 4.6

Rata-rata penambahan berat badan pada eksperimen ini sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi

VARIABEL	MEAN	SD	SE	P VALUE	N
PB Pretest	5696,67	1297,606	1297,606	0,0001	30
PB Posttest	647,67	1211,634	1211,634		30

Hasil penelitian Berat Badan sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 5696,67 dengan SD 1297,606 dan SE 1297,606. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 647,67 dengan SD 1211,634 dan SE 1211,634. Perbedaan Rata-rata Berat Badan sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 5,049. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan Berat Badan sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

b. Rata-rata Penambahan Panjang Badan pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Tabel 7.

Rata-rata penambahan panjang badan pada eksperimen ini sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi

VARIABEL	MEAN	SD	SE	P VALUE	N
PBPretest	58,23	7,450	1,360	0,0001	30
PBPosttest	62,80	6,955	1,270		30

Hasil penelitian panjang Badan sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 58,23 dengan SD 7,450 dan SE 1,360. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 62,80 dengan SD 6,955 dan SE 1,270. Perbedaan Rata-rata Berat Badan sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 4,57. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan panjang Badan sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

c. Rata-rata Penambahan Lingkar Kepala pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Tabel 8.

Rata-Rata Penambahan Lingkar Kepala Pada Eksperimen Ini Sebelum dan Sesudah di lakukan pijat bayi

VARIABEL	MEAN	SD	SE	P VALUE	N
LKPretest	38,63	4,311	0,787	0,0001	30
LKPosttest	40,53	4,240	0,774		30

Hasil penelitian lingkar kepala sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 38,63 dengan SD 4,311 dan SE 0,787. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 40,53 dengan SD 4,240 dan SE 0,774. Perbedaan Rata-rata Berat Badan sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 1,9. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan lingkar kepala sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

d. Rata-rata Penambahan Perkembangan pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Tabel 9.

Rata-rata penambahan perkembangan pada eksperimen ini sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi

VARIABEL	MEAN	SD	SE	P VALUE	N
Perkembangan Pretest	5,47	0,860	0,157	0,0001	30
Perkembangan Posttest	6,37	0,765	0,140		30

Hasil penelitian perkembangan sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 5,47 dengan SD 0,860 dan SE 0,157. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 6,37 dengan SD 0,765 dan SE 0,140. Perbedaan Rata-rata Berat Badan sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 0,9. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan perkembangan sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

e. Rata-rata Penambahan kualitas tidur pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Tabel 10.

Rata-rata penambahan kualitas tidur pada eksperimen ini sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi

VARIABEL	MEAN	SD	SE	P VALUE	N
Kualitas tidur Pretest	2,73	0,944	0,172	0,0001	30
Kualitas tidur Posttest	4,37	0,669	0,122		30

Hasil penelitian kualitas tidur sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 2,73 dengan SD 0,944 dan SE 0,172. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 4,37 dengan SD 0,669 dan SE 0,122. Perbedaan Rata-rata derajat edema sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan pijat bayi adalah 1,64. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan Kualitas Tidur sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

1. Pengaruh Peningkatan Pertumbuhan pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Hasil penelitian Berat Badan sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 5696,67 dengan SD 1297,606 dan SE 1297,606. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 647,67 dengan SD 1211,634 dan SE 1211,634. Perbedaan Rata-rata Berat Badan sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 5,049. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan Berat Badan sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

Hasil penelitian panjang Badan sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 58,23 dengan SD 7,450 dan SE 1,360. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 62,80 dengan SD 6,955 dan SE 1,270. Perbedaan Rata-rata panjang badan sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 4,57. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat

disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan panjang Badan sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

Hasil penelitian lingkaran kepala sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 38,63 dengan SD 4,311 dan SE 0,787. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 40,53 dengan SD 4,240 dan SE 0,774. Perbedaan Rata-rata lingkaran kepala sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 1,9. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan lingkaran kepala sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

Peningkatan berat badan bayi tentunya sangat dipengaruhi oleh pemberian pijat bayi yang diberikan secara kontiniu. Pada dasarnya bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan pun menjadi lebih baik hasilnya bayi menjadi cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusu sehingga meningkatkan produksi ASI (Suparyanto, 2011). Pemijatan juga meningkatkan penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkatkan yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi (Syaukani, 2015).

Penelitian ini sejalan dengan (Napirah Ryman, 2016) hasil penelitian didapatkan bahwa variabel pertumbuhan berat badan (t hitung=2,984) dan panjang badan (t hitung=4,051). Nilai Eta Squared untuk menentukan efektifitas dari pijat bayi didapatkan 0,28 untuk pertumbuhan berat badan dan 0,43 untuk pertumbuhan panjang badan yang membuktikan bahwa pijat bayi memiliki efektifitas besar terhadap peningkatan pertumbuhan berat badan dan panjang badan bayi.

Penelitian ini sejalan dengan (Warlinda, 2021) mengatakan Ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi terhadap peningkatan lingkaran kepala bayi dengan p value sebesar 0,002 ($p < 0,05$). Intervensi diberikan pada kelompok eksperimen sebanyak enam kali selama 3 minggu dan tidak ada intervensi yang diberikan pada kelompok kontrol.

Pijat bayi yang dilakukan 2 kali seminggu selama 15 menit dalam waktu 2 minggu dapat meningkatkan berat badan bayi bila dilakukan oleh tenaga terampil dan sarana atau tempat yang memadai. Dalam pelaksanaannya orang tua bisa ikut belajar agar dapat melakukan pijat bayinya sendiri dirumah, sehingga berat badan bayi dapat meningkat dengan baik karena bayinya mendapat pijatan yang rutin dari orang tuanya sendiri dirumah. Kuatnya hubungan ini menunjukkan bahwa jika bayi diberi pijatan secara teratur maka akan meningkatkan nafsu makannya sebagaimana memiliki manfaat pijat bayi tersebut meningkatkan lingkaran kepala dan membuat bayi tidur lelap dan membina ikatan kasih sayang orang tua dan anaknya serta meningkatkan ASI. Karena pijatan bayi pada bagian abdomen yang dimana dapat memperlancar pencernaan bayi sehingga membuat nafsu makan meningkat, membuat bayi merasa lapar dan haus setelah dipijat.

2. Pengaruh Peningkatan perkembangan pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Hasil penelitian perkembangan sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 5,47 dengan SD 0,860 dan SE 0,157. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 6,37 dengan SD 0,765 dan SE 0,140. Perbedaan Rata-rata perkembangan sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan Pijat Bayi adalah 0,9. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan perkembangan sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

Sebagaimana dijelaskan oleh Nina Sardjunani bahwa betapa perbaikan gizi dan stimulasi yang tepat pada sangat penting bagi kelompok bayi di 1000 hari pertama kehidupannya karena dapat menunjang tumbuh kembang bayi hingga usia 2 tahun, oleh karena itu pertumbuhan dan perkembangan bayi bukan hanya disebabkan oleh faktor genetik semata melainkan juga faktor lingkungan hidup yang baik dengan fokus pada 1000 hari pertama kehidupan (Piyatna, 2014).

Selain nutrisi dan lingkungan yang baik, pijat bayi merupakan salah satu cara yang dapat membantu bayi meningkatkan perkembangan motoriknya melalui kegiatan berenang yang membuat bayi semakin aktif bergerak, bukan hanya itu kegiatan memijat tentu saja menciptakan hubungan kasih sayang (Galeria, 2014).

Penelitian ini sejalan dengan (Merangin et al., 2018) dimana hasil dari uji statistik t-dependen menunjukkan $P = 0,003$ ($<0,05$), Artinya Terdapat Pengaruh Yang Signifikan Antara Baby Spa Dengan Perkembangan Motorik Bayi Usia 3-6 Bulan.

Penelitian lain (Napirah Ryman, 2016) mengatakan hasil penelitian didapatkan bahwa variabel perkembangan bayi poin motorik kasar bayi dapat mengangkat dada ($p=0,025$) dan mengangkat leher ($p=0,013$) secara statistik membuktikan ada hubungannya yang signifikan dengan pemberian pijat bayi dalam meningkatkan perkembangan bayi. Nilai odds ratio (OR) perkembangan mengangkat dada 10 dan mengangkat leher 11 memperlihatkan bahwa pijat bayi lebih besar kemungkinannya untuk meningkatkan kemampuan perkembangan pada bayi.

3. Pengaruh Peningkatan kualitas tidur pada Eksperimen ini Sebelum dan Sesudah di Lakukan Pijat Bayi

Hasil Penelitian Kualitas Tidur Sebelum Diberikan Pijat Bayi Rata-rata adalah 2,73 dengan SD 0,944 dan SE 0,172. Setelah diberikan pijat bayi Rata-rata adalah 4,37 dengan SD 0,669 dan SE 0,122. Perbedaan Rata-rata kualitas tidur sebelum (pre- test) dan sesudah (post-test) diberikan pijat bayi adalah 1,64. Hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan Kualitas Tidur sebelum diberikan Pijat Bayi dan setelah diberikan Pijat Bayi.

Kualitas tidur bayi usia 0 - 12 bulan sebelum dilakukan pijat bayi hampir dari setengahnya mengalami masalah kualitas tidur . Kuesioner untuk

mengukur kualitas tidur bayi terdapat 6 soal. Kualitas tidur bayi usia 0 - 12 bulan sebelum dilakukan Pijat bayi didukung oleh cukupnya hasil pada kuesioner yang terdapat pada item soal no 1 merupakan pernyataan positif yaitu “Apakah Bayi tidur malam ≥ 9 jam” dengan mendapatkan nilai rata-rata 2,73 pada soal no 1 yaitu 15 responden menjawab “Ya” dan 15 responden menjawab “Tidak”

Menurut peneliti Bayi yang tidurnya ≥ 9 jam maka tergolong bayi tidak mengalami gangguan tidur dan Kualitas Tidur bayi tercukupi, apabila bayi tidurnya ≤ 9 jam dapat di katakan bayi mengalami gangguan tidur.

Penelitian ini sejalan dengan (Cahyani & Prastuti, 2020) pijat bayi dan kualitas tidur bayi ($p=0,003$). Ini menunjukkan bahwa pijat bayi efektif dalam memberikan pengaruh terhadap kualitas tidur bagi bayi.

Penelitian lain yang dilakukan oleh (Dewi et al., 2014) tentang pengaruh pemijatan terhadap kualitas tidur bayi usia 3-4 bulan di Posyandu Gelatik Dan Nuri Kelurahan Tanjunggugat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjung Pinang. Hasil uji statistik didapatkan ada perbedaan yang bermakna antara frekuensi terbangun bayi sebelum dan sesudah pemijatan ($p = 0,001$). Kualitas tidur bayi ditentukan oleh adanya gangguan tidur, bayi dikatakan mengalami gangguan tidur jika lama terbangunnya di malam hari lebih dari 1 jam. bayi yang diberi ASI sebelum tidur, tidurnya akan lebih nyenyak dibandingkan dengan bayi yang tidak diberi ASI sebelum tidur.

SIMPULAN

Dari hasil penelitian dan pembahasan tentang pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan tumbuh kembang dan kualitas tidur bayi usia 0-12 bulan di posyandu cempaka baru wilayah kerja puskesmas Rambah Hilir 1 dapat di tarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Hasil penelitian pertumbuhan .
 - a. Hasil penelitian berat badan sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi.
 - a) Hasil penelitian pada berat badan bayi sebelum diberikan pijat bayi Rata- rata $\pm SD = 5696,606 \pm 1297,606$.
 - b) Hasil penelitian pada berat badan bayi sesudah diberikan pijat bayi Rata- rata $\pm SD = 647,67 \pm 1211,634$.
 - c) Hasil penelitian pada berat badan bayi sebelum diberikan dan setelah diberikan pijat bayi diperoleh hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,005$) yakni ada pengaruh pijat bayi yang signifikan terhadap berat badan sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi.
 - b. Hasil penelitian panjang badan sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi.
 - a) Hasil penelitian pada panjang badan bayi sebelum diberikan pijat bayi Rata- rata $\pm SD = 58,23 \pm 7,450$.
 - b) Hasil penelitian pada panjang badan bayi sesudah diberikan pijat bayi Rata- rata $\pm SD = 62,80 \pm 6,955$.
 - c) Hasil penelitian pada panjang badan bayi sebelum diberikan dan setelah diberikan pijat bayi diperoleh hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,005$) yakni ada pengaruh pijat bayi yang signifikan terhadap panjang

- badan sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi
- c. Hasil penelitian lingkar kepala sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi.
 - a) Hasil penelitian pada lingkar kepala bayi sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata \pm SD = 38,63 \pm 4,311.
 - b) Hasil penelitian pada lingkar kepala bayi sesudah diberikan pijat bayi Rata-rata \pm SD = 40,53 \pm 4,240.
 - c) Hasil penelitian pada lingkar kepala bayi sebelum diberikan dan setelah diberikan pijat bayi diperoleh hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,005$) yakni ada pengaruh pijat bayi yang signifikan terhadap berat badan sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi.
 2. Hasil penelitian perkembangan.
 - a. Hasil penelitian perkembangan sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi.
 - a) Hasil penelitian pada perkembangan bayi sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata \pm SD = 5,47 \pm 0,860.
 - b) Hasil penelitian pada perkembangan bayi sesudah diberikan pijat bayi Rata-rata \pm SD = 6,37 \pm 0,765.
 - c) Hasil penelitian pada perkembangan bayi sebelum diberikan dan setelah diberikan foot massage diperoleh hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,005$) yakni ada pengaruh pijat bayi yang signifikan terhadap perkembangan sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi.
 3. Hasil penelitian kualitas tidur.
 - a. Hasil penelitian kualitas tidur sebelum dan sesudah di lakukan pijat bayi.
 - a) Hasil penelitian pada kualitas tidur sebelum diberikan pijat bayi Rata-rata \pm SD = 2,73 \pm 0,944.
 - b) Hasil penelitian pada kualitas tidur bayi sesudah diberikan pijat bayi Rata-rata \pm SD = 4,37 \pm 0,669.
 - c) Hasil penelitian pada kualitas tidur bayi sebelum diberikan dan setelah diberikan pijat bayi diperoleh hasil uji statistik didapatkan nilai $p = 0,0001$ ($p < 0,005$) yakni ada pengaruh pijat bayi yang signifikan terhadap kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi

DAFTAR PUSTAKA

- Cahyani, M., & Prastuti, B. (2020). Pengaruh Pijat terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Klinik Cahaya Bunda. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)*, 4(2), 39–45. <https://doi.org/10.36341/jomis.v4i2.1358>
- Cahyaningrum, C., & Sulistyorini, E. (2014). Hubungan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-3 Bulan di RB Suko Asih Sukoharjo Tahun 2013. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 5(2), 79–90. <https://doi.org/10.36419/jkebin.v5i2.94>
- Carolin, B. T., Suprihatin, S., & Agustin, C. (2020). Pijat Bayi dapat Menstimulus Peningkatan Berat Badan pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(02), 28–33. <https://doi.org/10.33221/jiki.v10i02.478>
- Dewi, U., Aminin, F., & Gunnara, H. (2014). Pengaruh Pemijatan terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan di Posyandu Gelatik dan Nuri Kelurahan Tanjunggugat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjungpinang Tahun 2014. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 1(3), 230–
-

235. <https://doi.org/10.26699/jnk.v1i3.art.p230-235>
- Lutfiyah, H. (2019). *Modul Stimulasi Pijat Bayi dan Balita* (Issue November 2019).
- Merangin, D.I.D., Pattiselanno, F., Mentansan, G., Nijman, V., Nekarlis, K.A. I.,Pratiwi, A. I. N., Studi, P., Nutrisi, I., Makanan, D. A. N., Peternakan, F., Penulisan, P., Ilmiah, K., Berbagai, P., Cahaya, I., Lapangan, D. I., Eropa, A., Geometry, R., Analysis, G., Nasution, R. D., ... Bismark, M. (2018). Pengaruh Baby SPA terhadap Perkembangan Motorik Bayi Usia 3-6 Bulan. *Lestari Febrianti*, 2(2), 2016. <https://doi.org/10.1016/j.gecco.2019.e00539><https://doi.org/10.1016/j.foreco.2018.06.029>[http://www.cpsg.org/sites/cbsg.org/files/documents/Sunda Pangolin National Conservation Strategy and Action Plan %28LoRes%29.pdf](http://www.cpsg.org/sites/cbsg.org/files/documents/Sunda%20Pangolin%20National%20Conservation%20Strategy%20and%20Action%20Plan.pdf)<https://doi.org/10.1016/j.forec>
- Napirah Ryman, A. R. (2016). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Usia 6 Bulan Di Kelurahan Bintaro Jakarta. *Jurnal Pengembangan Kota*, 2013.
- Sinaga, A., & Laowo, N. (2020). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2019. *Excellent Midwifery Journal*, 3(1), 27–31.
- Siti Noorbaya, S.SiT, M. K. (2020). *No Title*.
- Siti Saidah, Besse Lidia, F. (2016). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Kelurahan Sempaja Selatan Samarinda. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Kelurahan Sempaja Selatan Samarinda, 3(2), 22–26.
- Soetjningsih. (2018). *Kupdf.Net_Buku-Tumbuh-Kembang-Anakpdf.Pdf* (pp. 1–36).
- Sugawara, E., & Nikaido, H. (2014). Properties of AdeABC and AdeIJK efflux systems of *Acinetobacter baumannii* compared with those of the AcrAB-TolC system of *Escherichia coli*. *Antimicrobial Agents and Chemotherapy*, 58(12), 7250–7257. <https://doi.org/10.1128/AAC.03728-14>
- Sukmawati, E., & Nur Imanah, N. D. (2020). Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–17. <https://doi.org/10.36746/jka.v13i1.49>
- Warlinda, Y. S. M. (2021). Pengaruh Stimulasi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Lingkar Kepala Bayi Usia 6-12 Bulan Di Puskesmas Pattingalloang Makassar. *Jurnal Bidan Cendrawasih Palu*, Vol 3 No 1, 66–74.