

**PENGARUH PIJAT RAHANG BAWAH TERHADAP PENINGKATAN BERAT
BADAN BALITA**
(Studi Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro)

Tutik Hariani¹ Ruliati² Inayatur Rosyidah³

¹²³STIKes Insan Cendekia Medika Jombang

¹email : tutikhariani62@gmail.com , ²email : ningruliati@gmail.com , ³email :
inrosyi@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan Pemijatan rahang bawah salah satu solusi mengatasi masalah menurunnya nafsu makan, dimana pemijatan pada balita salah satunya dapat meningkatkan kerja *saraf trigeminus* sehingga terjadi peningkatan dalam mengunyah dan diharapkan akan menaikkan berat badan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh pijat rahang bawah terhadap peningkatan berat badan balita di desa semenkidul kabupaten bojonegoro. **Metode** penelitian ini adalah menggunakan *pra ekperimental*/Quasien Variabel dalam penelitian ini adalah variabel independen pemberian pijat dan variabel dependen peningkatan berat badan balita, jenis penelitian dengan populasi 50 balita dan sampel 25 balita dengan teknik *probability sampling*. Pengelolaan data *editing, coding, scoring* dan *tabulating* dan uji statistik menggunakan uji *wilcoxon*. Penelitian menggunakan *instrument* SOP dan alat timbang berat badan. **Hasil** penelitian diperoleh , BB balita sebelum dipijat turun 0, normal 8 (32%) naik 17 (68%), BB balita setelah dipijat turun 0. Normal 0, naik 25 (100%). Hasil uji *wilcoxon* menunjukkan signifikansi $p=0,000 < \alpha (0.05)$. H1 diterima **Kesimpulan** penelitian ini terdapat pengaruh pemberian pijat rahang bawah terhadap peningkatan berat badan pada balita

Kata kunci : Pijat rahang, peningkatkan berat badan

The Effect Of Lower Jaw Massage On Weight Gain For Toddlers
(Study in Semenkidul Village, Sukosewu District, Bojonegoro Regency)

ABSTRACT

Introduction Lower jaw massage is one of the solutions in solving the problem of decreased appetite in toddlers. The massage can increase the work of the trigeminal nerve so that there is an increase in chewing activities and is expected to gain the body weight. **The purpose** of this study is to analyze the effect of lower jaw massage to the weight gain of toddlers in the village of Semenkidul, Bojonegoro Regency. **The research** method that is used in this research is pre-experimental / Quotient Variable. The variables which is used are the independent variable namely the provision of massage and the dependent variable is the increase in body weight of toddlers. This research is observing 50 toddler and a sample of 25 toddlers with probability sampling techniques. Data management for editing, coding, scoring and tabulating and statistical tests using the Wilcoxon test. The research used SOP instruments and weighing tools. **The results** obtained, the weight of toddlers before massage increased 17 (68%), and the weight of toddlers after massage increased by 25 (100%). Wilcoxon test results showed significance $p = 0.000 < \alpha (0.05)$. **The**

conclusion of research is that there is an effect of giving lower jaw massage to the weight gain in toddlers

Key words: Jaw massage, weight enhancement, child

PENDAHULUAN

Masa anak adalah masa keemasan sekaligus masa kritis pertumbuhan. Tercapainya pertumbuhan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor internal (ras/etnik, genetik, jenis kelamin, kelainan kromosom) faktor eksternal (lingkungan, sosial ekonomi, nutrisi, kesehatan dan stimulasi (Sulistiyawati, 2016). Chomaria (2017) menjelaskan bahwa pertumbuhan berpengaruh secara langsung dan tidak langsung terhadap perkembangan balita. Peningkatan dan penurunan berat badan harus diperhatikan pada saat balita. Berat badan yang meningkat mengindikasikan status gizi yang baik. Status gizi yang baik dapat dicapai bila tubuh memperoleh cukup zat-zat gizi yang dekuat, sehingga memungkinkan terjadinya pertumbuhan fisik (Depkes RI, 2016). Rangsangan atau stimulasi berupa terapi sentuh dan pijat juga mempengaruhi peningkatan berat badan. Para pakar telah membuktikan bahwa terapi sentuh dan pijat menghasilkan perubahan psikologi yang menguntungkan berupa peningkatan pertumbuhan, peningkatan daya tahan tubuh, dan kecerdasan emosi yang lebih baik (Prasetyo, 2016).

Data didunia terdapat jutaan anak selalu mengalami permasalahan di perkembangan, data UNICEF tahun 2017 menyebutkan 27,5% atau setara tiga juta anak yang mengalami keterlambatan perkembangan (Asthiningsih & Muflihatin, 2018). WHO tahun 2013 terdapat 162 juta anak yang mengalami stunting dan 100 juta balita mengalami gizi kurus (Amaliah, 2018). Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kementerian Kesehatan 2018 menunjukkan 17,7% bayi usia dibawah 5

tahun (Balita) masih mengalami masalah gizi. Angka tersebut terdiri atas balita yang mengalami gizi buruk sebesar 3,9% dan yang menderita gizi kurang sebesar 13,8%, sedangkan data yang ada di provinsi jawa timur tahun 2018 terdapat gizi kurang dan buruk sebanyak 16,80%. Permasalahan gizi kurang yang ada di puskesmas sukosewu tahun 2019 sebanyak 4,5% sedangkan BB tidak naik 7,6%. Di desa semenkidul pada tahun 2019 terdapat gizi kurang sebanyak 9,8% dan BB tidak naik sebanyak 7,7%.

Permasalahan gizi yang menjadi factor permasalahan perkembangan balita di desa semenkidul disebabkan rata-rata balita susah/malas makan meskipun sudah dikasih vitamin nafsu makan, berganti-ganti menu masakan dan sudah dilakukan Positif Deviation tetapi berat badan balita belum bisa naik secara optimal. Tidak bisa naiknya berat badan balita sesuai usia akan berdampak pada menurunnya kesehatan balita sehingga status gizi yang tidak normal pada balita akan bersifat permanen yang dapat menurunkan kualitas dan kuantitas perkembangan balita selanjutnya dan penurunan *Intelligence Quotient* balita yang berdampak pada masalah perkembangan, dengan itu anak akan menjadi generasi hilang karena dalam direntan usia 1-5 tahun anak tidak dalam pertumbuhan dan perkembangan yang optimal.

Pemijatan rahang bawah salah satu solusi mengatasi masalah menurunnya nafsu makan, dimana pemijatan pada balita salah satunya dapat meningkatkan kerja *saraf trigeminus* sehingga terjadi peningkatan dalam mengunyah dan diharapkan akan menaikkan berat badan. Menurut peneliti dengan di pijat balita akan menjadi lebih tenang yang dapat mengeluarkan hormon *endorphine* sehingga balita menjadi lebih

rileks dan menjadi tenang saat di pijat dan aliran darah menjadi lancar sehingga asupan nutrisinya menjadi lebih baik (Roesli 2016).

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan mulai dari penyusunan proposal samapai dengan penyusunan laporan akhir (skripsi) mulai bulan April sampai dengan bulan Juni 2020.

Penelitian ini, menggunakan rencana penelitian *pra ekprerimental/Quasien*. Penelitian *pra eksperimental* adalah suatu rancangan penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan sebab akibat dengan adanya keterlibatan penelitian dalam melakukan manipulasi terhadap variabel bebas. Pada penelitian ini desain penelitian yang digunakan adalah *pra-eksperimen* yaitu suatu rancangan penelitian yang digunakan untuk mencari hubungan sebab akibat dengan adanya keterlibatan penelitian dalam melakukan manipulasi terhadap variabel bebas (Nursalam, 2016).

Dalam penelitian ini menggunakan dua variabel yaitu variabel independen dan variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah pemberian pijat dan variabel dependen dalam penelitian ini adalah peningkatan berat badan . Penelitian ini menggunakan 25 balita sebagai sampelnya. Teknik sampling yang digunakan menggunakan cara *simple random sampling*. Jenis *simple random sampling* yaitu pengambilan sampel secara acak sederhana tanpa memperhatikan strata yang terdapat dalam populasi tersebut (Notoatmodjo, 2016).

Dalam pengumupulan data peneliti menggunakan timbangan berat badan dan SOP pijat . Dalam pengujian alat ukur dalam penelitian ini peneliti mengolah data menggunakan SPSS versi 16 dengan *wilcoxon* dengan nilai korelasi $< 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Data yang dikaji dalam penelitian ini akan dijelaskan sebagai berikut :

Data Umum

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Balita Di Desa

No	Jenis Kelamin	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Laki-laki	15	60
2.	Perempuan	10	40
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 5.1 menunjukkan bahwa responden berjenis kelamin laki-laki sejumlah 15 responden (60 %) dan responden berjenis kelamin perempuan sejumlah 10 responden (40 %).

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Balita Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020

No	Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	3 tahun	6	24
2.	4 tahun	5	20
3.	5 tahun	14	56
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 5 tahun sejumlah 14 responden (56%).

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nutrisi Balita Sebelum Di pijat Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020.

No	Nutrisi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Baik	25	100
2	Kurang Baik	0	0
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 5.3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden nutrisinya baik sejumlah 17 responden (68 %).

Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Nutrisi Balita Sesudah Di Pijat Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020.

No		Setelah				frekuensi Presentasi (%)	
		sebelum	Turun	Tetap	naik		
1	turun	0	0	0	0	0	
2	tetap	4	0	4	8	32	
3	naik	0	0	17	17	68	
	jumlah	4	0	21	25	100	

Sig. (2-tailed) 0.00

Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa seluruhnya responden sesudah di *massage* nutrisinya baik sejumlah 25 responden (100 %).

Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan usia Ibu balita Di Pijat Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020.

No	Usia	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1.	20-35 tahun	25	100
2.	36-45 tahun	0	0
	Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan seluruhnya ibu balita berusia 20-35 tahun dengan jumlah 25 (100%)

Tabel 5.6 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan Ibu Balita Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020

No	Tingkat pendidikan	Frekuensi (n)	Presentase (%)
1	SD	0	0
2	SMP	3	12
3	SMA	19	76
4	PT	3	12
	Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan sebagian besar ibu pendidikan SMA sejumlah 19 orang (76%)

Data Khusus

Tabel 5.7 Distribusi Frekuensi Berat Badan Pada Balita Sebelum Di pijat Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020.

No	Sebelum dipijat	Frekuensi	Presentase (%)
1	Turun	0	0
2	Tetap/ Normal	8	32
3	Naik	17	68
	Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel 5.7 menunjukan, sebagian besar balita dengan status BB naik sejumlah 17 (68%)

Tabel 5.8 Distribusi Frekuensi Berat Badan Pada Balita Sesudah Di pijat Di Desa Semen kidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020.

No	Setelah dipijat				frekuensi Presentasi (%)	
	sebelum	Turun	Tetap	naik		
1	turun	0	0	0	0	0
2	tetap	4	0	4	8	32
3	naik	0	0	17	17	68
	jumlah	4	0	21	25	100

Sig. (2-tailed) 0.00

Berdasarkan tabel 5.8 menunjukan bahwa seluruhnya berat badan balita sesudah di *massage* dengan status bb naik sejumlah 25 (100%)

Tabel 5.9 Distribusi Frekuensi Pengaruh Pemberian Pijat Terhadap Kenaikan Berat Badan Pada Balita. Di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Pada Tanggal 2 Juni – 16 Juni 2020.

No	Sebelum dipijat	Frekuensi	Presentase (%)
1	Turun	0	0
2	Tetap / Normal	0	0
3	Naik	25	100
	Jumlah	25	100

Berdasarkan tabel 5.9 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya berat badan pada balita mengalami kenaikan berat badan sejumlah 25 responden. Hasil uji statistik *paired T-test* dengan tingkat kesalahan $\alpha : 0,05$ dengan bantuan *software* SPSS didapatkan hasil nilai *p* (*value*) $0.00 < \alpha (0.05)$. Hasil ini menunjukkan bahwa H_1 diterima yang berarti ada pengaruh *massage* terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 3-5 tahun.

PEMBAHASAN

Berat badan balita sebelum dipijat

Berdasarkan hasil penelitian rata-rata berat badan balita sebelum di pijat adalah 15.01 kg, dengan berat badan terendah 11.7 kg dan tertinggi 17.2 kg. Berat badan balita tersebut tergolong dalam kategori berat badan normal. Faktor yang mempengaruhi berat badan pada balita sebelum di pijat adalah jenis kelamin. Berdasarkan tabel 5.1 didapatkan 15 balita (50 %) berjenis kelamin laki-laki dan 15 balita (50 %) berjenis kelamin perempuan.

Menurut peneliti jenis kelamin pada balita dapat mempengaruhi kenaikan berat badan, karena anak perempuan sangat berbeda dengan anak laki-laki. Pada anak laki-laki cenderung berat badanya lebih susah naik bila dibandingkan dengan anak perempuan. Pada anak laki-laki aktivitasnya juga semakin banyak bila dibandingkan dengan anak perempuan sehingga dapat berpengaruh pada berat badannya.

Menurut Sulistyawati (2015) Jenis kelamin dapat mempengaruhi fungsi reproduksi, pada anak perempuan lebih cepat berkembang dari pada anak laki-laki. Tetapi setelah melewati masa pubertas pertumbuhan anak laki-laki lebih cepat dari pada anak perempuan.

Menurut peneliti pada setiap tahapan pertumbuhan pada balita salah satunya dipengaruhi oleh usia, karena setiap bulannya usia bertambah begitupun dengan

berat badan yang selalu bertambah. Sesuai dengan KMS berat badan balita pada usia 3-5 tahun akan mengalami kenaikan berat badan sebesar 200 gram pada setiap bulannya (Buku KIA, 2014).

Berat badan balita sesudah dipijat

Berdasarkan tabel 5.9 menunjukkan bahwa menunjukkan, rata-rata berat badan balita sesudah di pijat adalah 15.13 kg, dengan berat badan terendah 11.8 kg dan tertinggi 17.3 kg. Berat badan balita tersebut mengalami kenaikan dari berat badan awal. Kenaikan berat badan pada balita dipengaruhi oleh beberapa faktor. Faktor yang mempengaruhi berat badan pada balita sesudah di pijat adalah nutrisi pada balita. Berdasarkan tabel 5.4 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya responden sesudah di pijat, nutrisinya baik sejumlah 18 responden (72 %).

Menurut peneliti pada balita sesudah di pijat nafsu makannya akan meningkat dan fungsi sistem pencernaan semakin baik, terutama dalam penyerapan sari-sari makanan sehingga peningkatan berat badan balita meningkat sesuai dengan yang diharapkan. *Massage* pada balita menjadi sangat berarti dan bermanfaat apabila dilakukan ibu/ayah disertai dengan penyaluran kasih sayang pada balita nya.

Pemijatan rahang bawah salah satu solusi mengatasi masalah menurunnya nafsu makan, dimana pemijatan pada balita salah satunya dapat meningkatkan kerja *saraf trigeminus* sehingga terjadi peningkatan dalam mengunyah dan diharapkan akan menaikkan berat badan. Menurut peneliti dengan di pijat balita akan menjadi lebih tenang yang dapat mengeluarkan hormon *endorphine* sehingga balita menjadi lebih rileks dan menjadi tenang saat di pijat dan aliran darah menjadi lancar sehingga asupan nutrisinya menjadi lebih baik (Roesli 2016).

Pengaruh pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada balita

Berdasarkan tabel 5.9 menunjukkan bahwa 18 (72%) responden dengan nutrisi baik dan 7(28%) responden dengan nutrisi kurang baik, hasil perhitungan dengan analisis statistik dengan *paired t-test* nilai p (*value*) $0.00 < \alpha$ (0.05). Hasil ini menunjukkan bahwa secara statistik ada pengaruh yang signifikan pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 3-5 tahun.

Menurut peneliti hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian *massage* terhadap peningkatan berat badan pada balita usia 3-5 tahun, terlihat dari adanya perubahan yang signifikan antara berat badan sebelum di *massage* dan berat badan sesudah di *massage*, yang dimana hampir seluruhnya berat badan balita sesudah di *massage* mengalami kenaikan. Pada balita sesudah di *massage* membuat rasa nyaman (relaksasi) dan mengantuk (cepat tertidur). Sehingga dapat merangsang nervus vagus yang menyebabkan kualitas tidur balita dan nafsu makannya menjadi lebih baik, yang menjadi faktor pendukung yang mempengaruhi *massage* terhadap peningkatan berat badan balita.

Hal ini sesuai dengan pendapat beberapa beberapa para ahli, bahwa balita yang di *massage* teratur mengalami peningkatan tonus nervus vagus (saraf otak ke-10). Sebab, proses sentuhan akan menyebabkan naiknya kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Sehingga penyerapan terhadap sari makanan menjadi lebih baik dan balita merasa cepat lapar dan lebih sering minum (Roesli, 2016).

Hasil penelitian ini sesuai dengan hasil penelitian dari Menurut penelitian T.Field dan Scafidi (1986 dan 1990)) dari universitas miami, AS tentang intervensi terapi *massage* balita menunjukkan bahwa pada 20 balita prematur (berat badan 1.280 dan 1.176 gr), yang di *massage* selama 3 kali 15 menit selama 10 hari, terjadi kenaikan berat badan 20% - 47% per hari, lebih dari yang tidak di *massage* dan terhadap balita cukup bulan yang berusia 1 – 3 bulan yang di *massage* selama 15 menit

sebanyak 2 kali seminggu untuk masa enam minggu menunjukkan kenaikan berat badan yang lebih dari balita kontrol (Roesli, 2016).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Berat badan balita sebelum di pijat rahang bawah sebagian besar berat badannya normal di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Jawa Timur.
2. Berat badan balita sesudah di pijat rahang bawah sebagian besar mengalami kenaikan berat badan di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Jawa Timur.
3. Ada pengaruh pemberian pijat rahang bawah terhadap peningkatan berat badan pada balita di Desa Semenkidul Kecamatan Sukosewu Kabupaten Bojonegoro Jawa Timur

Saran

1. Bagi Orang Tua balita
Diharapkan pada orang tua dapat melakukan stimulasi-stimulasi yang dapat mendukung pertumbuhan anaknya, salah satunya dengan memberikan *massage* pada balita sebelum mandi setiap hari sehingga dapat meningkatkan berat badan balita.
2. Bagi Bidan
Diharapkan bidan desa dapat memberikan Pelatihan pada semua ibu balita untuk melakukan *massage* balita pada kegiatan taman posyandu dan kunjungan nifas sehingga bisa membantu dalam meningkatkan pertumbuhan balita dalam menciptakan masyarakat yang sehat dan sejahtera khususnya pada kesehatan anak.

3. Bagi peneliti selanjutnya
Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan variabel, jenis dan metode penelitian yang berbeda misalnya variabel pemberian *massage* terhadap pertumbuhan pada balita dengan metode *true eksperimen*.

lengkap dan uraian kemanafaatannya.
Jogjakarta: Diva press

Roesli, U., 2016. Pedoman Pijat Bayi.
PT.Trubus Agriwidya, Jakarta

Sulistiyawati, A., 2016. Deteksi Tumbuh
Kembang Anak, Salemba Medika :
Jakarta

KEPUSTAKAAN

- Amaliah, N. (2018). Pemakaian Aplikasi Mobile “Balita Sehat” Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Ibu dalam Memantau Pertumbuhan dan Perkembangan Balita. *Buletin Penelitian Kesehatan*, 46(3), 155–168.
<https://doi.org/10.22435/bpk.v46i3.880>
- Asthiningsih, N. W. W., & Muflihatin, S. K. (2018). Deteksi Dini Perkembangan Balita Dengan Metode Ddst Ii Di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Juanda Samarinda. *Jurnal Endurance*, 3(2), 367. <https://doi.org/10.22216/jen.v3i2.3149>.
- Chomaria, N., 2017. Panduan Lengkap Tumbuh Kembang Anak Usia 0-5 Tahun, Cinta : Surakarta.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur., 2016. Profil Kesehatan Jawa Timur
- Kementrian Kesehatan RI., 2016. Buku Kesehatan Ibu Dan Anak. Jawa Timur: AIPKIND.
- Notoatmodjo., S. 2016. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam., 2016. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis. Salemba Medika. Jakarta.
- Prasetyo., 2016. Teknik–teknik tepat memijat bayi sendiri panduan