

PENGARUH PEMBERIAN PIJAT BAYI PADA BAYI

by Rizka Intan Fabiola

Submission date: 17-Oct-2022 09:19AM (UTC+0700)

Submission ID: 1927123726

File name: Rizka_Intan_Fabiola.doc (2.76M)

Word count: 5051

Character count: 32418

2 **BAB I**

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Penggunaan pengobatan komplementer dan alternatif semakin populer di kalangan pasien anak di seluruh dunia. Di Kanada, sebanyak 20% rumah tangga dengan anak-anak menggunakan terapi komplementer dan alternatif (Chen et al., 2021). Prevalensi terapi ini juga lebih tinggi di Asia, yaitu sekitar 65,3% (Kim et al., 2012). Secara umum, anak-anak lebih mungkin menerima pengobatan komplementer dan alternatif karena pengalaman orang tua sebelumnya dan persepsi positif. Orang tua memilih terapi jenis ini daripada pengobatan konvensional untuk anak-anak mereka karena pengobatan komplementer dan alternatif tertentu dianggap lebih efektif dan ketakutan terhadap efek samping obat, ketidakpuasan terhadap pengobatan konvensional, dan kebutuhan akan perhatian yang lebih pribadi (Chen et al., 2021).

Di antara modalitas terapi alternatif dan komplementer yang ada, terapi pijat bayi merupakan salah satu yang paling umum digunakan pada populasi anak. Pijat bayi adalah terapi komplementer dan alternatif yang melibatkan manipulasi jaringan lunak tubuh untuk meningkatkan kondisi kesehatan. Prevalensi penggunaan pijat pada anak-anak adalah antara 8-25% di Inggris, Amerika Serikat, Australia dan Kanada (Posadzki et al., 2013). Meskipun demikian, pijat bayi bukan tanpa risiko dan efek

samping. Apabila pijat bayi dilakukan oleh individu yang tidak terlatih, maka risiko yang dihadapi bayi akan jauh lebih besar daripada manfaatnya. Sebuah survey yang dilakukan di RSUP Dr Sardjito Yogyakarta mendapati bahwa setiap tahunnya terdapat 45 anak yang meninggal dunia di rumah sakit tersebut, diduga disebabkan adanya riwayat kesalahan pemijatan saat anak masih berada di rumah. Kesalahan terbesar yang dilaporkan adalah pemijatan pada area kepala dengan tekanan yang terlalu keras, sehingga bayi mengalami perdarahan otak. Kurangnya pengetahuan tukang pijat bayi (atau di masyarakat lebih dikenal dengan dukun pijat bayi) bahwa kepala bayi tidak boleh dipijat merupakan salah satu kondisi predisposisi terjadinya pemijatan yang fatal ini (Gusti, 2012).

Mekanisme pijat bayi masih belum sepenuhnya dipahami. Diduga pijat bayi dapat membantu mempromosikan tubuh untuk menyembuhkan dirinya sendiri dan kembali ke homeostasis. Reseptor di kulit mendeteksi berbagai rangsangan, seperti sentuhan ringan atau tekanan, dan mengirimkan sinyal dari perifer ke sinapsis di sistem saraf pusat. Selanjutnya, otak mengintegrasikan sinyal-sinyal ini ke dalam tindakan yang efektif melalui regulasi jaringan neuroendokrin-imun. Terapi pijat populer dalam pengobatan kondisi kesehatan tertentu pada anak-anak, termasuk pada gangguan tidur dan merangsang pertumbuhan motorik anak (Disler et al., 2019).

Berdasarkan uraian di atas, terlihat bahwa tidur dan perkembangan motorik merupakan dua hal yang sangat penting untuk

diperhatikan pada populasi bayi dan anak. Tidur yang berkualitas dan perkembangan motorik yang baik akan mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak ke depannya. Oleh sebab itu, berbagai faktor yang diduga dapat meningkatkan kualitas tidur dan membantu perkembangan motorik harus dapat diidentifikasi. Salah satu intervensi yang diduga dapat bermanfaat untuk meningkatkan kualitas tidur dan perkembangan motorik bayi adalah pijat bayi. Sampai laporan penelitian ini dibuat, telah terdapat beberapa penelitian yang melaporkan hal ini, sehingga perlu dilakukan suatu literature review yang merangkum hasil berbagai penelitian tersebut secara sistematis.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis menetapkan rumusan masalah penelitian sebagai berikut: “Bagaimana pengaruh pijat bayi berdasarkan studi empiris dalam lima tahun terakhir?”.

1.3. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi pengaruh pijat bayi berdasarkan studi empiris dalam lima tahun terakhir.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1. Kualitas Tidur

2.1.1. Definisi

² Kualitas tidur adalah ukuran dimana seseorang itu dapat kemudahan dalam memulai tidur dan untuk mempertahankan tidur, kualitas tidur seseorang dapat digambarkan dengan lama waktu tidur, dan keluhan – keluhan yang dirasakan saat tidur ataupun sehabis bangun tidur (Han, 2018). Beberapa faktor yang mempengaruhi kuantitas dan kualitas tidur yaitu, faktor fisiologis, faktor psikologis, lingkungan dan gaya hidup. Dari faktor fisiologis berdampak dengan penurunan aktivitas sehari – hari, rasa lemah, lelah, daya tahan tubuh menurun, dan ketidak stabilan tanda vital, sedangkan dari faktor psikologis berdampak depresi, cemas, dan sulit untuk konsentrasi (The National Sleep Foundation, 2015).

2.1.2. Faktor yang Mempengaruhi

Pemenuhan kebutuhan tidur bagi setiap orang tidak sama. Seseorang bisa tidur ataupun tidak dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu diantaranya adalah (Kalliny, 2019):

¹⁰ 1) Status Kesehatan

Seseorang dengan kondisi tubuhnya sehat memungkinkan untuk tidur dengan nyenyak, sedangkan untuk seseorang yang

kondisinya kurang sehat (sakit) dan rasa nyeri, maka kebutuhan tidurnya akan tidak nyenyak.

2) **Lingkungan**

Lingkungan dapat meningkatkan atau menghalangi seseorang untuk tidur. Pada lingkungan bersih, bersuhu dingin, suasana yang tidak gaduh (tenang), dan penerangan yang tidak terlalu terang akan membuat seseorang tersebut tertidur dengan nyenyak, begitupun sebaliknya.

3) **1 Stres psikologis**

Perasaan cemas dan depresi akan menyebabkan gangguan pada frekwensi tidur. Hal ini disebabkan karena kondisi cemas akan meningkatkan norepineprin darah melalui sistem saraf simpatis. Zat ini akan mengurangi tahap IV NREM dan REM.

4) **Diet**

Makanan menandung banyak L – Triptofan seperti keju, susu, daging, dan ikan tuna dapat menyebabkan seseorang mudah tidur. Sebaliknya minuman yang menandung kafein maupun alkohol akan mengganggu tidur.

5) **Gaya hidup**

Kelelahan yang dirasakan seseorang dapat pula memengaruhi kualitas tidur seseorang. Kelelahan tingkat menengah orang dapat tidur dengan nyenyak. Sedangkan pada kelelahan yang berlebih akan menyebabkan periode tidur REM lebih pendek.

6) **Obat-obatan**

Mengonsumsi **obat-obatan** dapat mempengaruhi tidur **seseorang**. adapula **yang** sebaliknya mengganggu **tidur**.

7) **Penggunaan gawai**

Mekanisme hubungan antara penggunaan perangkat media elektronik dan masalah tidur masih belum diketahui secara pasti, tetapi model teoritis dari hubungan tersebut telah diusulkan. Diduga penggunaan media dapat secara langsung memengaruhi tidur karena kegiatan ini secara langsung memakan waktu tidur atau dapat mengganggu tidur melalui peningkatan gairah psikofisiologis yang disebabkan oleh konten bahan yang merangsang atau melalui paparan cahaya terang di sebagian besar media elektronik. Cahaya terang dapat memengaruhi tidur dalam dua cara, yaitu dengan menunda ritme sirkadian saat pemaparan terjadi di malam hari dan juga dengan menyebabkan aktivasi langsung pada dirinya sendiri. Tidur juga dapat dipengaruhi secara negatif oleh elektromagnetik radiasi. Mekanisme lain yang diusulkan di mana media elektronik dapat mengganggu tidur berhubungan dengan ketidaknyamanan fisik, seperti nyeri otot dan sakit kepala, yang dapat disebabkan oleh penggunaan media yang berkepanjangan (Hysing et al., 2015).

2.2. Perkembangan Motorik

2.2.1. Perkembangan Motorik Kasar

Fungsi motorik kasar terdiri dari kemampuan untuk mempertahankan posisi tubuh (kontrol postural) dan bergerak dengan mengubah posisi atau lokasi tubuh (lokomotor). Kontrol postural dapat tercermin dari kemampuan bayi mengangkat kepala, duduk, hingga akhirnya berdiri. Kontrol postural merupakan hal yang kompleks karena bayi perlu mengembangkan kemampuan untuk mengontrol kekuatan otot punggung dan perut secara seimbang. Saat ada goyangan tubuh ke depan, otot-otot punggung lebih dominan, sedangkan saat goyangan ke belakang, otot-otot perut lebih dominan (Hadders-Algra, 2018).

Kontrol postural diawali dengan berkembangnya kontrol kepala berupa menjaga menjaga kepala tetap tegak selama beberapa detik saat dalam posisi tengkurap. Selama 3 bulan berikutnya, bayi belajar menegakkan dan menstabilkan kepala sesuai dengan batang tubuh pada posisi duduk. Pada bulan-bulan berikutnya, keterampilan postural meningkat dengan cepat. Hal ini tercermin dari perkembangan kemampuan duduk mandiri sekitar 5-8 bulan, berdiri tanpa dukungan pada 9-13 bulan, dan berjalan mandiri pada 10-14 bulan (Adolph & Franchak, 2017).

Perkembangan lokomotor ditunjukkan dengan kemampuan bayi untuk berpindah tempat dengan cara berguling, merangkak, berjalan, hingga berlari. Pada usia 4-5 bulan, bayi mulai

mengeksplorasi gerakan berguling, dari terlentang ke tengkurap dan sebaliknya. Pada posisi tengkurap pun mereka akan berusaha untuk mengeksplorasi kemampuan berpindah tempatnya, sehingga akan terjadi progresi menjadi gerakan merangkak. Selanjutnya, pada usia 6-10 bulan, bayi mengembangkan kemampuan merangkak dengan tangan dan lutut dengan perut terangkat. Seiring dengan bertambahnya usia dan bertambahnya pengalaman, kemampuan merangkak akan meningkat yang ditandai dengan langkah merangkak menjadi lebih besar dan kecepatannya meningkat. Pada usia 10-14 bulan sebagian besar bayi mencapai kemampuan berjalan secara mandiri. Kemampuan berjalan memiliki banyak keuntungan bagi bayi karena bayi sekarang mampu menjelajahi lingkungan secara visual, memberikan kesempatan bermain, dan interaksi sosial yang lebih bervariasi (Hadders-Algra, 2018).

2.2.2. Perkembangan Motorik Halus

Fungsi motorik halus terdiri dari kemampuan meraih benda, mengangkat, membawa, dan memanipulasinya. Biasanya tindakan ini dilakukan oleh ekstremitas atas. Kemampuan ini melibatkan komponen menggerakkan tangan dari posisi awal ke objek (meraih benda) dan komponen memanipulasi benda sesuai keinginan. Pada orang dewasa, kedua komponen tersebut sangat terkoordinasi. Pada 2-3 bulan pertama setelah usia cukup bulan, bayi akan banyak mengarahkan gerakan tangan ke wajah. Mereka melakukan ini secara

spontan dan juga ketika sebuah benda diletakkan di tangan mereka (Hadders-Algra, 2018).

Mulai usia 4 bulan, bayi akan menggerakkan tangan ke lokasi targetnya, terutama mulut saat tangan memegang suatu benda. Pada masa ini, eksplorasi objek juga menjadi multimodal, yaitu objek dieksplorasi secara taktil dengan tangan dan mulut, serta secara visual. Pada usia 4-6 bulan, bayi juga sudah dapat memindahkan benda dari satu tangan ke tangan lainnya. Bayi berusia 6-12 bulan kemudian mampu menggunakan tangan untuk berbagai gerakan menggenggam sederhana. Seiring bertambahnya usia dalam dua tahun pertama kehidupan, anak akan semakin mahir dalam memilih gerakan yang efisien dan lugas untuk menuju objek yang diinginkan (Hadders-Algra, 2018).

Perkembangan motorik halus lainnya adalah kemampuan memanipulasi yang sangat memerlukan kemampuan untuk mengendalikan jari-jari tangan. Pada usia 3 bulan pertama, gerakan menggenggam tangan bayi akan berkurang dan jari-jari sudah mulai dapat digerakkan secara terisolasi berurutan. Mulai usia 4 bulan, bayi mulai memiliki kemampuan untuk mengambil benda hanya menggunakan ibu jari dan jari telunjuk mereka. Seiring bertambahnya usia, terutama setelah usia 6 bulan, gerakan mengambil hanya dengan ibu jari dan jari telunjuk ini akan meningkat, tetapi kemampuan mengambil hanya dengan ibu jari dan jari telunjuk akan mencapai puncaknya pada usia 14 bulan. Kemampuan manipulasi benda secara

bimanual akan mulai muncul pada usia 7 bulan. Meskipun sederhana bagi orang dewasa, tindakan ini sesuatu yang kompleks bagi bayi karena mereka harus mampu mengendalikan masing-masing tangan untuk melakukan tindakan yang berbeda, tetapi saling melengkapi untuk memanipulasi suatu objek (Entoh et al., 2020).

2.2.3. Faktor Yang Mempengaruhi Perkembangan Motorik

Beberapa faktor yang dapat mempercepat atau memperlambat perkembangan motorik antara lain (Rumini & Sundari, 2004):

- 3 1. Faktor genetik: Individu mempunyai beberapa faktor keturunan yang dapat menunjang perkembangan motorik misal otot kuat, syaraf baik, dan kecerdasan yang menyebabkan perkembangan motorik individu tersebut menjadi baik dan cepat.
2. Faktor kesehatan pada periode prenatal: Janin yang selama dalam kandungan dalam keadaan sehat, tidak keracunan, tidak kekurangan gizi, tidak kekurangan vitamin dapat membantu memperlancar perkembangan motorik anak.
3. Masalah saat persalinan: Faktor kesulitan dalam melahirkan mungkin menyebabkan bayi mengalami asfiksia, sehingga bayi mengalami kerusakan otak dan akan memperlambat perkembangan motorik bayi.
4. Kesehatan dan gizi: Kesehatan dan gizi yang baik pada awal kehidupan pasca melahirkan akan mempercepat perkembangan motorik bayi.

5. Stimulasi: Adanya stimulasi, bimbingan dan kesempatan anak untuk menggerakkan semua bagian tubuh akan mempercepat perkembangan motorik bayi.
6. Perlindungan: Perlindungan yang berlebihan, sehingga anak tidak diberikan kesempatan untuk mengeksplorasi kemampuannya, misalnya anak hanya digendong terus atau ingin naik tangga tidak boleh, akan menghambat perkembangan motoriknya.

2.3. Pijat Bayi

2.3.1. Pengertian

Praktek pijat bayi merupakan cara sederhana namun efektif untuk meningkatkan dan memperkuat hubungan sosial dan emosional yang sehat antara orang dewasa dan anak-anak pada masa bayi awal. Memijat bayi membutuhkan dan mengintensifkan serangkaian kompetensi multimodal dan interaktif, seperti ekspresi emosional, kontak mata, sentuhan fisik, komunikasi vokal, dan bicara, sehingga akan memupuk dan memperkuat hubungan. Intervensi ini juga menghemat biaya dan tidak ada kontraindikasi yang dilaporkan hingga saat ini, sehingga dapat digunakan secara sering, tanpa risiko, mendukung proses yang ada, dan memperkuat ikatan orang tua dan bayi. Bersama dengan praktik menyusui, menggendong bayi, dan tidur bersama, pijat bayi adalah bagian dari tindakan pengasuhan yang lebih luas yang melibatkan serangkaian perilaku yang diperlukan untuk memenuhi kebutuhan anak akan kontak, pelukan, dan komunikasi.

Pijat bayi dapat mengajari anak tentang perasaan, tekanan, suhu, kelembutan, atau rasa sakit melalui interaksi taktil (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

2.3.2. Tujuan dan Manfaat

Stimulasi dini dan asupan gizi seimbang yang dilakukan pada usia 0–2 tahun merupakan waktu yang tepat untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Perhatian yang serius terhadap kebutuhan dasar anak yaitu Asih, Asuh, Asah, yaitu mendapatkan gizi seimbang, pelayanan kesehatan yang standar, pemberian kasih sayang dan stimulasi yang tepat akan meningkatkan kualitas hidup anak. Salah satu bentuk stimulasi yang dapat diberikan yaitu tehnik manual berupa stimulasi pijat. Stimulasi pijat dapat mempererat ikatan antara orang tua dan anak, sebagai bahasa cinta sentuhan. Stimulasi pijat pada Baduta tidak menutup kemungkinan dapat dilakukan sampai usia Balita, mengingat perkembangan otak anak yang pesat hingga usia 5 tahun (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

¹⁶ Pijat bayi merupakan salah satu kebudayaan tradisional yang paling tua di Indonesia bahkan di dunia. Di Indonesia, hampir seluruh daerah di Indonesia mempunyai kebiasaan memijatkan bayinya sejak bayi lahir hingga masa kanak-kanak. Plastisitas otak anak pada 1000 hari kehidupan sangat tinggi, periode ini adalah periode kritis pertumbuhan dan perkembangan anak dimana otak sangat peka terhadap pengaruh luar/lingkungan, baik pengaruh yang

bersifat mendukung atau menghambat. Periode ini memberi peluang khusus untuk pembinaan kesehatan dan perkembangan pada bidang tertentu, dan juga merupakan peluang untuk memperbaiki gangguan serta mengkompensasi kerusakan yang terjadi sebelumnya. Anak pada periode ini harus mendapat perhatian yang serius, tidak hanya mendapatkan gizi seimbang tetapi juga memberikan stimulasi dini dan kasih sayang untuk membantu anak dalam meningkatkan potensi dengan memperoleh pengalaman yang sesuai usia perkembangannya (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Stimulasi pijat merupakan salah satu keterampilan teknik manual yang paling efektif memberikan rasa nyaman dan mengurangi atau mengalihkan rasa nyeri. Stimulasi pijat memiliki efek yang seperti memberikan rasa nyaman, mengurangi depresi, cemas dan stres serta dapat memperbaiki respon kekebalan tubuh. Stimulasi pijat dengan tekanan ringan dapat merangsang peningkatan pergerakan saluran cerna pelepasan insulin dan hormon pertumbuhan sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik dan terjadi peningkatan berat badan. Selain itu peningkatan kadar hormon pertumbuhan memacu pertumbuhan dan perkembangan sel otak (Kementerian Kesehatan RI, 2015).

Manfaat pijat bayi bagi Baduta (Kementerian Kesehatan RI, 2015):

1. Membantu pengaturan sistem pencernaan seperti meningkatkan berat badan dan mengurangi kembung dan kolik

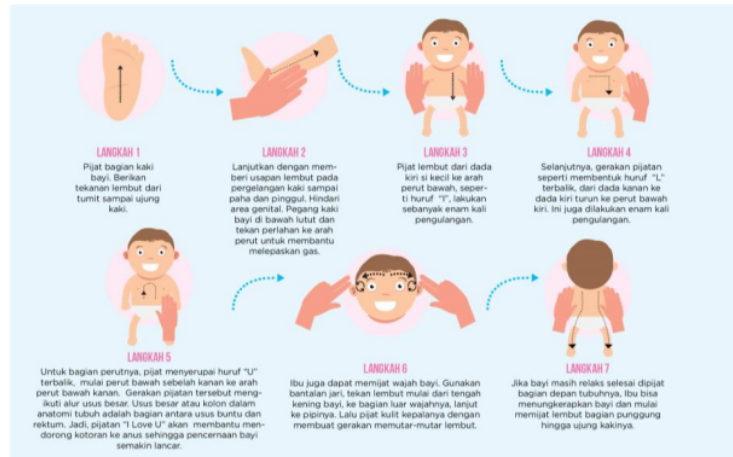
2. Membantu pengaturan sistem pernapasan dan melancarkan aliran darah
3. Mengubah gelombang otak secara positif
4. Meningkatkan daya tahan tubuh
5. Membantu untuk relaksasi
6. Meningkatkan konsentrasi
7. Membuat tidur lebih lelap
8. Mengurangi rasa sakit

Manfaat pijat bayi bagi orang tua (Kementerian Kesehatan

RI, 2015):

1. Memberikan perhatian spesial & memperlambat ikatan / bonding
2. Membantu orangtua mengetahui bahasa (isyarat) non-verbal bayi
3. Membuat rasa percaya diri dalam mengasuh bayi
4. Meningkatkan komunikasi orangtua & bayi
5. Meningkatkan kemampuan orangtua membantu bayi untuk relaksasi
6. Meredakan stres orangtua
7. Membuat suasana yang menyenangkan
8. Meningkatkan produksi ASI (frekuensi anak menyusu lebih sering)

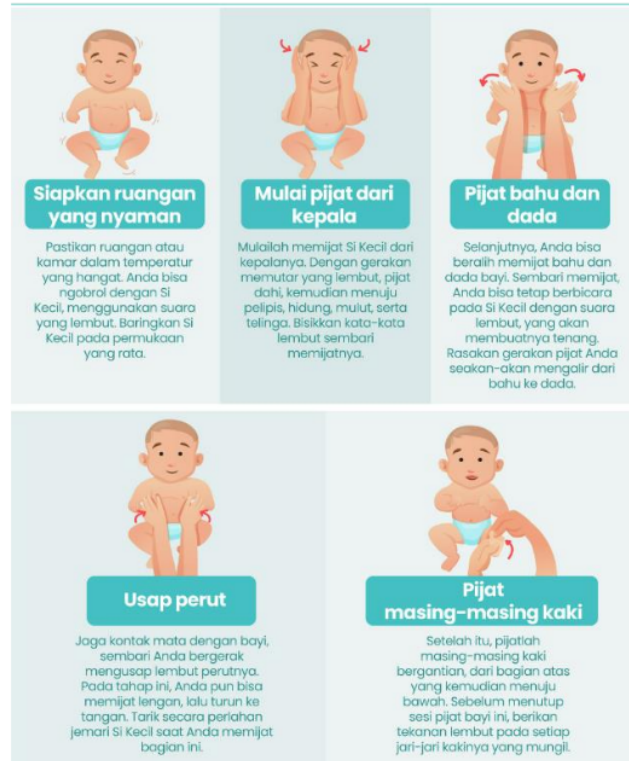
2.3.3. Teknik



Gambar 2.3.3.1 Teknik Pijat Bayi (Kementerian Kesehatan RI, 2015)



Gambar 2.3.3.2 Teknik Pijat Bayi



Gambar 2.3.3.3 Teknik Pijat Bayi

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1. Strategi Pencarian *Literature*

1. Database atau *Search engine*

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif yang biasa disebut dengan kajian pustaka atau studi literature. Literature review ini menggunakan data sekunder bukan data yang diperoleh dari observasi secara langsung, dan hasil diperoleh dari penelitian-penelitian sebelumnya. Sumber data sekunder berupa artikel atau jurnal berdasarkan studi empiris lima tahun terakhir yang relevan dengan topik yang diambil. Database melalui Pubmed, Science direct, Global Health Science, Google scholar.

Jumlah artikel yang dijadikan bahan *literature review* sejumlah 10 artikel yang seluruhnya merupakan artikel nasional berdasarkan studi empiris 5 tahun terakhir.

3. Kata kunci

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* yang berbeda-beda sesuai dengan *database* yang digunakan. Pada *database* Google Scholar, kata kunci yang digunakan adalah: (" pijat bayi" AND ("kualitas tidur" OR "perkembangan motorik")) OR ("baby massage" AND ("sleep quality" OR motor development)). Pada *database*

Science Direct dan Global Health Science, kata kunci yang digunakan adalah: ("pijat bayi" AND ("kualitas tidur" OR "perkembangan motorik")) OR ("baby massage" AND ("sleep quality" OR motor development)). Pada *database* PubMed NCBI, kata kunci yang digunakan adalah: (("massage"[MeSH Terms]) AND ("sleep"[MeSH Terms])) AND ("infant"[MeSH Terms]) dilanjutkan dengan (("massage"[MeSH Terms]) AND ("infant"[MeSH Terms])) AND ("growth and development"[MeSH Terms]).

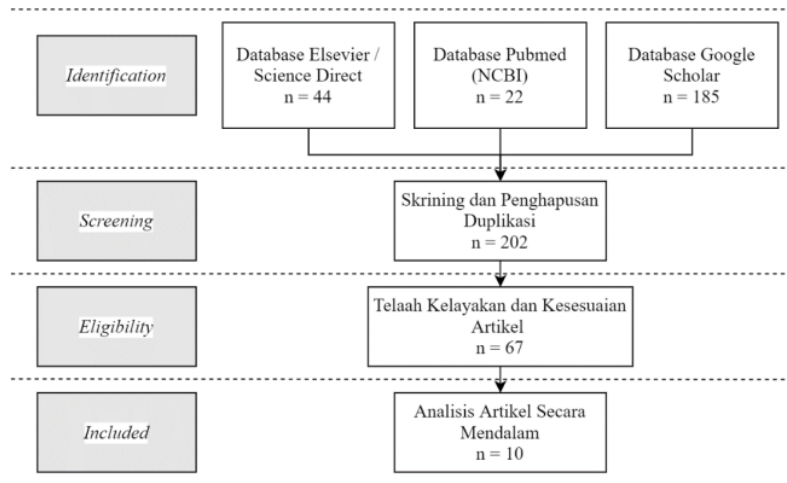
3.2. Kriteria Inklusi dan Eksklusi

Tabel 3.2.1 *Framework PICOS*

| | Kriteria Inklusi | Kriteria Eksklusi |
|---------------------------|--|---|
| Population/Problem | Bayi | Preterm; BBLR; memiliki kelainan kongenital mayor |
| Intervention | Pijat bayi | Selain pijat bayi seperti APE |
| Comparison | Tidak ada faktor pembanding ¹ | Tidak ada factor pembanding |
| Outcome | Manfaat | - |
| Setting | Observasional analitik (<i>cross sectional</i> , kohort, <i>case control</i>); kuasi eksperimental | Survey studi ¹⁵ Study kualitatif, <i>Literature review</i> |
| Tahun Terbit | Artikel terbit tahun 2018-2022 | Artikel yang terbit sebelum tahun 2018 ¹⁵ |
| Bahasa | Indonesia; Inggris | Bahasa Itali, Bahasa Jepang, Bahasa Arab |

3.3. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas

3.3.1. Hasil Pencarian dan Seleksi Studi



Gambar 3.3.1.1 ¹ *Diagram flow* Hasil Pencarian dan Seleksi Studi

Tabel 3.3.2 Hasil Seleksi Studi

| No | Author | Volume | Judul | Metode | Hasil | Database |
|----|----------------------|-------------|---|--|--|---|
| 1 | (Awal et al., 2018) | Vol 3, no 1 | ¹² Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Motorik Kasar Dan Motorik Halus Pada Bayi Usia 6-12 Bulan Di Puskesmas Lisu Kecamatan Tanete Jaaja Kabupaten Barru | D: <i>one group pre test – post test design</i> S: ¹² tidak disebutkan V: perkembangan motorik pada bayi usia 6-12 bulan I: skala bayley A: <i>Wilcoxon</i> | Peningkatan Perkembangan Pemberian pijat bayi efektif untuk meningkatkan kemampuan bayi usia 6-10 bulan untuk mengontrol lengan, badan, tungkai, dan koordinasi jari tangan | ⁸ Global Health Science http://jurnal.csdforum.com/index.php/GHS/article/view/188 |
| 2 | (Murtiningsih, 2019) | Vol 3, no 1 | ⁵ Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Motorik Kasar Duduk Dan Merangkak Mandiri Pada Bayi Usia 9 Bulan Di Upt Kesmas Kawati I | D: <i>one group pre test – post test design</i> S: tidak disebutkan V: perkembangan motorik pada bayi usia 9 bulan I: tidak disebutkan A: <i>Wilcoxon</i> | Peningkatan Perkembangan Ada pengaruh yang signifikan pijat bayi terhadap peningkatan motorik kasar duduk dan merangkak mandiri pada bayi usia 9 bulan di UPT.Kesmas Sukawati I. | Google Scholar https://jurnal.undhirabali.ac.id/index.php/ke-sehatan/article/view/710 |
| 3 | (Istikhomah, 2020) | Vol 5, no 1 | ¹⁴ Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Desa Jemawan Kecamatan Jatimom Kabupaten Klaten | D: <i>one group pretest and posttest</i> S: ¹³ <i>stratated sampling</i> V: lama tidur bayi usia 3-6 bulan I: tidak disebutkan A: <i>Wilcoxon</i> | Peningkatan Kualitas Tidur Penelitian ini ¹³ menunjukkan hasil bahwa lama tidur bayi sebelum dilakukan pemijatan sebagian besar kurang dari 13 jam sebanyak 18 bayi (56,25%) dan lama tidur bayi setelah dilakukan pemijatan adalah 13-15 jam | Google Scholar http://jurnalbidankestrad.com/index.php/jkk/article/view/133 |

| No | Author | Volume | Judul | Metode | Hasil | Database |
|----|------------------------------|-------------|--|--|--|---|
| 4 | (Pratiwi, 2021) | Vol 7, no 1 | ¹¹ Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan | D: <i>one group pretest and posttest</i> S: <i>incidental sampling</i> V: kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan I: BISQ A: <i>Wilcoxon</i> | 83 banyak 27 bayi (84,38%). Hasil uji Wilcoxon diperoleh $p = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga disimpulkan ada pengaruh pijat bayi terhadap lama tidur bayi usia 3-6 bulan di Desa Jemawan Kecamatan Jatinom Klaten Daerah. | Google Scholar http://dx.doi.org/10.35329/jkesmas.v7i1 |
| 5 | (Prianti & Kamaruddin, 2021) | Vol 3, no 1 | Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Motorik Pada Bayi Usia 3-6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Antang | D: <i>one group pretest and posttest</i> S: <i>purposive sampling</i> V: perkembangan motorik bayi usia 3-6 bulan I: KPSP A: <i>Wilcoxon</i> | Peningkatan Kualitas Tidur Hasil penelitian menunjukkan kualitas tidur bayi membaik setelah dipijat dari 8,6% bayi dengan kualitas tidur baik menjadi 57,2%, dengan uji statistik diketahui nilai signifikansinya adalah $p\text{-value} = 0,000$. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi | Google Scholar http://jurnal.fk.unisa.ac.id/index.php/MA/article/view/66 |
| | | | | | Peningkatan Motorik Bayi Hasil penelitian didapatkan $p\text{-value} = 0,000 < 0,05$ yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap perkembangan motorik pada bayi 3-6 bulan di wilayah kerja | |

| No | Author | Volume | Judul | Metode | Hasil | Database |
|----|--------------------------|--------------|--|--|---|--|
| 5 | | | Kota Makassar | | <p>Puskesmas Antang Kota Makassar. Pemijatan dapat diterapkan sebagai bentuk stimulasi pada bayi yang mana pada akhirnya pijat bayi menjadi salah satu intervensi upaya peningkatan derajat kesehatan bayi melalui perkembangan motorik dan pertumbuhan pada bayi</p> | |
| 6 | (Sukmawati et al., 2020) | Vol 13, no 1 | Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi | <p>D: <i>one group pretest and posttest</i> S: <i>total sampling</i> V: kualitas tidur bayi I: kuesioner A: <i>Wilcoxon</i></p> | <p>Peningkatan Kualitas Tidur Terdapat efektivitas pijat bayiterhadap peningkatan kualitas tidur bayi dibuktikan dengan responden yang mengalami peningkatan kualitas tidur sebagian besar (73,33%) responden mempunyai kualitas tidur yang baik</p> | <p>Google Scholar http://ejournal.stikesalirsyadclp.ac.id/index.php/jka/article/view/49</p> |
| 7 | (Sinaga & Laowo, 2020) | Vol 3, no 1 | Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan Di Bpm Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2019 | <p>D: <i>one group pretest and posttest</i> S: <i>purposive sampling</i> V: kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan I: kuesioner A: <i>T-test</i></p> | <p>Peningkatan Kualitas Tidur Dari 10 responden sebelum dilakukan pemijatan bayi rewel, susah tidur, sering terbangun pada malam hari, dan rata-rata kualitas tidur responden adalah 11 jam/hari dan sesudah</p> | <p>Google Scholar https://jurnal.mitrahusada.ac.id/index.php/ejm/article/view/126</p> |

| No | Author | Volume | Judul | Metode | Hasil | Database |
|----|--------------------------|-------------|---|--|---|---|
| 8 | (Saddiyah Rangkti, 2021) | Vol 1, no 1 | ¹⁴ Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Dewi Suyanti Tahun 2020 | ¹⁵ D: <i>cross sectional</i> S: total sampling ⁶ V: kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan I: tidak disebutkan A: <i>chi kuadrat</i> | ⁴ dilakukan pemijatan ada perbedaan signifikan dimana bayi menjadi rileks, bugar saat bangun tidur dan tidak rewel, mengatasi sakit perut dan adanya ikatan kasih sayang antara ibu dan bayinya, peningkatan kualitas tidur dari yang 11 jam/hari menjadi 15 jam/hari. Dengan hasil uji paired T-test $p=0,000$ lebih kecil dari $p=0,05$, dimana terdapat pengaruh antara pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 0-6 bulan di BPM Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2019. | Google Scholar https://journal.physan.id/index.php/jkm/article/view/10 |

| No | Author | Volume | Judul | Metode | Hasil | Database |
|----|---------------------|----------------|---|--|--|---|
| 9 | (Tang & Aras, 2018) | Vol 3, no 1 | ¹¹ Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-4 Bulan | D: <i>one group pretest and posttest</i> S: <i>positive sampling</i> V: kualitas tidur bayi usia 1-4 bulan I: kuesioner A Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems dan Morrel's Infant Sleep Questionnaire A: <i>Wilcoxon</i> | Ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi dan kualitas tidur bayi ($p=0,003$). Penelitian ini menunjukkan bahwa pijat bayi efektif dalam memberikan pengaruh terhadap kualitas tidur bagi bayi. | ⁸ Global Health Science http://jurnal.esdforum.com/index.php/GHS/article/view/182 |
| 10 | (Pratiwi, 2021) | Vol 7, no 1 | ¹¹ Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan | D: <i>one group pretest and posttest</i> S: <i>accidental sampling</i> V: kualitas tidur bayi usia 1-6 bulan I: kuesioner BISQ A: <i>Wilcoxon</i> | ⁹ Terdapat pengaruh yang signifikan dari pemberian pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi pada usia 1-6 bulan. Peneliti menemukan kualitas tidur bayi terlihat meningkat dimana | Google Scholar https://journal.lppm-unasman.ac.id/index.php/jikm/article/view/1 |

| No | Author | Volume | Judul | Metode | Hasil | Database |
|----|--------|--------|-------|--------|--|----------|
| | | | | | <p>9 setelah dilakukan pijat bayi, kualitas tidur bayi kurang sebesar menurun dari 11 bayi (31,4%) menjadi 2 bayi (5,7%). Hal tersebut juga terlihat pada kategori kualitas tidur bayi baik, meningkat signifikan dari 3 bayi (8,6%) menjadi sebesar 20 bayi (57,1%) setelah dilakukan pijat bayi.</p> | 921-3811 |

BAB IV

HASIL DAN ANALISIS

4.1. Hasil

Tabel 4.1.1 Karakteristik Umum dalam Penyeleksian Studi (n=10)

| Kategori | Frekuensi | Persentase |
|--|------------------|-------------------|
| Tahun Publikasi | | |
| 2018 | 2 | 20,0% |
| 2019 | 1 | 10,0% |
| 2020 | 3 | 30,0% |
| 2021 | 4 | 40,0% |
| Desain Penelitian | | |
| <i>Cross Sectional</i> | 2 | 20,0% |
| <i>One group pre test – post test design</i> | 8 | 80,0% |
| Teknik Pengambilan Sampel | | |
| <i>Incidental Sampling</i> | 2 | 20,0% |
| <i>Purposive Sampling</i> | 3 | 30,0% |
| <i>Saturated Sampling</i> | 1 | 10,0% |
| Tidak Disebutkan | 3 | 30,0% |
| Total Sampling | 1 | 10,0% |
| Variabel Penelitian | | |
| Kualitas Tidur | 7 | 70,0% |
| Perkembangan Motorik | 3 | 30,0% |
| Instrumen Penelitian | | |
| BISQ | 2 | 20,0% |
| KPSP | 1 | 10,0% |
| Skala Bayley | 1 | 10,0% |
| Tidak Disebutkan | 3 | 30,0% |
| Questioner Buatan Peneliti Sendiri | 2 | 20,0% |
| <i>A Brief Screening Questionnaire For Infant Sleep Problems</i> | 1 | 10,0% |
| <i>Morrel's Infant Sleep Questionnaire</i> | | |
| Analisis Statistik | | |
| <i>Fisher</i> | 1 | 10,0% |
| <i>Independent Sample T-Test</i> | 1 | 10,0% |
| <i>Wilcoxon</i> | 8 | 80,0% |

Tabel di atas menunjukkan bahwa hampir dari setengah artikel dipublikasikan di tahun 2018, 2020, dan 2021, hampir seluruhnya menggunakan desain *one group pre test – post test design*, hampir dari setengahnya menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, hampir dari setengahnya tidak menyebutkan instrumen penelitian yang digunakan, dan hampir seluruhnya menggunakan teknik analisis *Wilcoxon*.

4.2. Analisis Literature Review

Tabel 4.2.1 Hasil Literature Review

| Hasil Literature Review | Sumber Empiris Utama |
|---|--|
| Manfaat pijat bayi untuk meningkatkan kualitas tidur | |
| Hasil analisis dari 10 artikel menunjukkan terdapat 7 artikel yang melaporkan bahwa Pemberian pijat bayi efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi | (Pratiwi, 2021), (Sukmawati et al., 2020), (Sinaga & Laowo, 2020), (Tang & Aras, 2018), (Pratiwi, 2021), (Istikhomah, 2020), (Saddiyah Rangkuti, 2021) |
| Manfaat pijat bayi untuk motorik halus | |
| Hasil analisis dari 10 artikel menunjukkan terdapat 2 artikel yang melaporkan bahwa pemberian pijat bayi efektif untuk meningkatkan motorik halus berupa meningkatkan kemampuan mengontrol lengan, badan, tungkai, dan koordinasi jari tangan | (Awal et al., 2018), (Prianti & Kamaruddin, 2021) |
| Manfaat pijat bayi untuk motorik kasar | |
| Hasil analisis dari 10 artikel menunjukkan terdapat 2 artikel yang melaporkan bahwa pemberian pijat bayi efektif untuk meningkatkan motorik kasar berupa meningkatkan kemampuan duduk dan merangkak mandiri | (Murtiningsih, 2019), (Prianti & Kamaruddin, 2021) |

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat 2 artikel yang melaporkan manfaat pijat bayi bagi motorik halus dan 2 artikel yang melaporkan manfaat pijat bayi bagi motorik kasar. Didapatkan juga 7 artikel yang melaporkan manfaatnya untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

BAB V

PEMBAHASAN

Review yang dilakukan pada 10 artikel penelitian menunjukkan bahwa hampir dari setengah artikel dipublikasikan di tahun 2018, 2020, dan 2021, hampir seluruhnya menggunakan desain *one group pre test – post test design*, hampir dari setengahnya menggunakan teknik pengambilan sampel *purposive sampling*, hampir dari setengahnya tidak menyebutkan instrumen penelitian yang digunakan, dan hampir seluruhnya menggunakan teknik analisis *Wilcoxon*.

5.1. Manfaat Pijat Bayi Bagi Kualitas Tidur

Hasil *review* dari artikel penelitian menunjukkan bahwa terdapat 6 artikel yang menjelaskan manfaat pijat bayi bagi kualitas tidur bayi, yaitu penelitian Pratiwi (2021), Sukmawati *et al.* (2020), Sinaga & Laowo (2020), Tang & Aras (2018), Pratiwi (2021), Istikhomah (2020), dan (Saddiyah Rangkuti, 2021).

² Kualitas tidur adalah ukuran dimana seseorang itu dapat kemudahan dalam memulai tidur dan untuk mempertahankan tidur, kualitas tidur seseorang dapat digambarkan dengan lama waktu tidur, dan keluhan – keluhan yang dirasakan saat tidur ataupun sehabis bangun tidur (Han, 2018). Beberapa faktor yang mempengaruhi kuantitas dan kualitas tidur yaitu, faktor fisiologis, faktor psikologis, lingkungan, dan gaya hidup (The National Sleep Foundation, 2015). Pada usia bayi, tidur yang berkualitas sangat penting untuk perkembangan otak bayi karena perkembangan sel-sel

otak sangat pesat. Tidur yang berkualitas akan memberikan kesempatan bagi otak untuk memperbaiki dan memperbaharui sel-sel yang mengalami kerusakan, sekaligus mendorong sintesis hormon-hormon pertumbuhan yang juga bermanfaat bagi tumbuh kembang bayi (Kusumastuti et al., 2016).

Menurut peneliti, stimulasi taktil yang diberikan saat proses pemijatan akan meningkatkan aktivitas parasimpatis pada bayi. Hal ini akan menyebabkan peningkatan sintesis serotonin. Telah diketahui bahwa serotonin merupakan salah satu neurotransmitter utama yang mempengaruhi siklus tidur-bangun dan mempengaruhi tidur fase *rapid eye movement* (REM). Fase tidur REM merupakan fase tidur terpenting karena pada fase inilah otak mengalami peningkatan aktivitas perbaikan sel-selnya yang mengalami kerusakan dan mendorong pertumbuhan sel-sel baru. Demikian pula, pemijatan juga akan berpotensi meningkatkan produksi melatonin, suatu hormon yang berperan utama dalam mempengaruhi ritme sirkadian. Peningkatan melatonin menyebabkan bayi akan tertidur lebih nyenyak, sehingga perkembangan otaknya dapat maksimal. Meskipun demikian, peneliti berasumsi bahwa waktu pemijatan sangat penting untuk memberikan efek pada tidur. Pemberian pemijatan yang disesuaikan dengan jadwal tidur bayi akan semakin memperkuat efektivitasnya karena terdapat kesesuaian antara jam biologis tidur bayi untuk tidur dengan pemberian stimulasi pemijatan yang menimbulkan relaksasi.

⁶ Kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Bayi dikatakan gangguan tidur malam apabila bayi tidur yang telalu malam, bangun lebih dari tiga kali dan ketika bayi terbangun bisa lebih dari 30 menit (Mardiana, 2014). Pijat dapat menangkalkan efek negative dari stress dan gangguan tidur dengan memberikan stimulasi kinestetiktaktil dan meningkatkan aktifitas parasimpatis yang dapat mengurangi stress dan menenangkan bayi (Wang et al., 2013). Bayi yang diberikan pijat bayi menurunkan tingkat kecemasan dan hormon stress dimana hal tersebut bisa membuat bayi tidur lebih lama (Rina Koeseoma Wardani, 2020).

5.2. Manfaat Pijat Bayi Bagi Perkembangan Motorik

Hasil *review* dari artikel penelitian menunjukkan bahwa terdapat 3 artikel menjelaskan manfaat pijat bayi bagi perkembangan motorik, yaitu Awal (2018) dan Prianti & Kamaruddin (2021) yang meneliti manfaatnya bagi motorik halus berupa peningkatan kemampuan mengontrol lengan, badan, tungkai, dan koordinasi jari tangan, serta Murtiningsih (2019) dan Prianti & Kamaruddin (2021) yang meneliti manfaatnya bagi motorik kasar berupa peningkatan kemampuan duduk dan merangkak secara mandiri.

Fungsi motorik halus terdiri dari kemampuan meraih benda, mengangkat, membawa, dan memanipulasinya. Biasanya tindakan ini dilakukan oleh ekstremitas atas. Kemampuan ini melibatkan komponen menggerakkan tangan dari posisi awal ke objek (meraih benda) dan komponen memanipulasi benda sesuai keinginan. Pada orang dewasa, kedua

komponen tersebut sangat terkoordinasi (Hadders-Algra, 2018). Sementara itu, fungsi motorik kasar terdiri dari kemampuan untuk mempertahankan posisi tubuh (kontrol postural) dan bergerak dengan mengubah posisi atau lokasi tubuh (lokomotor). Kontrol postural dapat tercermin dari kemampuan bayi mengangkat kepala, duduk, hingga akhirnya berdiri. Kontrol postural merupakan hal yang kompleks karena bayi perlu mengembangkan kemampuan untuk mengontrol kekuatan otot punggung dan perut secara seimbang. Saat ada goyangan tubuh ke depan, otot-otot punggung lebih dominan, sedangkan saat goyangan ke belakang, otot-otot perut lebih dominan (Hadders-Algra, 2018).

Menurut peneliti, mekanisme yang paling mungkin untuk menjelaskan manfaat pijat bayi terhadap perkembangan motorik terkait dengan peningkatan aktivitas parasimpatis. Stimulasi taktil yang diberikan saat proses pemijatan akan memberikan rangsangan sensorik pada bayi. Rangsangan tersebut memberikan efek relaksasi bayi bayi, sehingga akan meningkatkan aktivitas parasimpatis sekaligus menurunkan aktivitas simpatis. Hal ini akan mendorong terjadinya proses anabolisme pada sel-sel otot dan mendorong pertumbuhannya. Selain itu, kehangatan yang diberikan saat proses pemijatan, baik karena gesekan antara kulit pemijat dengan kulit bayi maupun karena kandungan minyak pijat, juga menyebabkan aliran darah mengalami peningkatan. Kedua mekanisme ini akan secara langsung mendukung berkembangnya kemampuan motorik bayi (Rina Koesoema Wardani, 2020)

Secara tidak langsung, peningkatan aktivitas parasimpatis akan membantu sekresi hormon gastro-intestinal yang penting untuk penyerapan makanan, seperti insulin dan gastrin. Hal ini sangat penting untuk mendukung tercukupinya nutrisi bagi otak dan otot agar perkembangannya dapat maksimal. Demikian pula, pijat bayi akan meningkatkan katekolamin (norepinefrin dan epinefrin), disertai ekskresi kortisol yang akan mengurangi tingkat stres bayi. Telah diketahui bahwa stres pada bayi berpotensi menghambat perkembangan otaknya, sehingga apabila tingkat stres bayi dapat berkurang, perkembangan otaknya dapat maksimal yang ditunjukkan salah satunya melalui perkembangan motorik. Selain itu, pemijatan juga akan meningkatkan keeratan interaksi antara orang tua dan bayi. Saat proses pemijatan orang tua akan banyak melakukan interaksi dengan bayinya, seperti mengajak berbicara, kontak mata erat, dan mengajak bermain. Hal ini akan membuat hubungan orang tua dengan bayi lebih erat, sehingga orang tua lebih aktif untuk melatih kemampuan motorik anak (Ade Febriani, Sellia Juwita, Nova Yulita , Hotmauli 2022).

BAB VI

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan studi empiris 5 tahun terakhir, didapatkan bahwa pemberian pijat bayi efektif untuk meningkatkan perkembangan motorik bayi dan efektif untuk meningkatkan kualitas tidur bayi.

Sebagian besar mempunyai efek kualitas tidur, peningkatan motorik kasar serta peningkatan motorik halus.

6.2. Saran

1. Bagi tenaga kesehatan dan masyarakat agar meningkatkan kesadaran mengenai manfaat dari pijat bayi, serta melatih diri agar dapat melakukan pijat bayi dengan benar karena *literature review* ini menunjukkan bahwa pijat bayi dapat memberikan manfaat bagi bayi.
2. Bagi penelitan selanjutnya agar menganalisis manfaat pijat bayi terhadap perkembangan motorik secara spesifik, misalnya terhadap perkembangan motorik kasar saja atau perkembangan motorik halus saja.
3. Pijat bayi pada bayi perlu dilestarikan karena efektif untuk meningkatkan perkembangan motorik bayi dan meningkatkan kualitas tidur bayi.
4. Pijat bayi pada bayi agar dilakukan oleh terapis terlatih.

PENGARUH PEMBERIAN PIJAT BAYI PADA BAYI

ORIGINALITY REPORT

25%

SIMILARITY INDEX

25%

INTERNET SOURCES

15%

PUBLICATIONS

14%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

| | | |
|---|---|----|
| 1 | repo.stikesicme-jbg.ac.id Internet Source | 4% |
| 2 | repo.stikesperintis.ac.id Internet Source | 3% |
| 3 | jurnal.stahnmpukuturan.ac.id Internet Source | 2% |
| 4 | jurnal.mitrahusada.ac.id Internet Source | 2% |
| 5 | jurnal.fkunisa.ac.id Internet Source | 2% |
| 6 | eprints.ums.ac.id Internet Source | 2% |
| 7 | repository.itspku.ac.id Internet Source | 2% |
| 8 | www.jurnal.csdforum.com Internet Source | 1% |
| 9 | journal.lppm-unasman.ac.id Internet Source | 1% |

| | | |
|----|---|-----|
| 10 | repository.unhas.ac.id Internet Source | 1 % |
| 11 | digilib.unisayogya.ac.id Internet Source | 1 % |
| 12 | repository.helvetia.ac.id Internet Source | 1 % |
| 13 | jurnalbidankestrad.com Internet Source | 1 % |
| 14 | ejournalmalahayati.ac.id Internet Source | 1 % |
| 15 | repository.stikesdrsoebandi.ac.id Internet Source | 1 % |
| 16 | vdocuments.site Internet Source | 1 % |

Exclude quotes Off

Exclude matches < 1%

Exclude bibliography Off