

**PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP
PENGETAHUAN TENTANG PIJAT BAYI PADA IBU
YANG MEMPUNYAI ANAK USIA 0-12 BULAN
DI POSYANDU DESA JOHO
PRAMBANAN
KLATEN**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun oleh:
PUTRI ANGGRAINI SETYANINGRUM
201410201170**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2018**

HALAMAN PERSETUJUAN

**PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP
PENGETAHUAN TENTANG PIJAT BAYI PADA IBU
YANG MEMPUNYAI ANAK USIA 0-12 BULAN
DI POSYANDU DESA JOHO
PRAMBANAN
KLATEN**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
PUTRI ANGGRAINI SETYANINGRUM
201410201170**

Telah Disetujui oleh Pembimbing
Pada Tanggal:
28 Juli 2018

Pembimbing


Ery Khusnal, M.N.S.

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG PIJAT BAYI PADA IBU YANG MEMPUNYAI ANAK USIA 0-12 BULAN DI POSYANDU DESA JOHO PRAMBANAN KLATEN¹

Putri Anggraini Setyaningrum², Ery Khusnal³

ABSTRAK

To describe determine the effect of health counseling on maternal knowledge of baby massage on mothers with children aged 0-12 months in Maternal Health Care of Joho Prambanan Klaten. This study used a quantitative approach with the *quasi - experimental* method by separate pretest-posttest design by using purposive sampling technique. The samples in this study were as many as 30 respondents divided into two groups: 15 respondents as the control group and 15 respondents as the treatment group. The data instruments used questionnaires. The analysis applied *Mann-Whitney U-Test*.

Kata Kunci : Pengetahuan, Bayi, Pijat Bayi, Penyuluhan Kesehatan

Keywords : Knowledge, Baby, Baby Massage, Health Counseling

1. Judul Skripsi.
2. Mahasiswa PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.
3. Dosen PSIK Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.



PENDAHULUAN

Anak merupakan aset generasi yang berperan strategis dalam kemajuan suatu bangsa dan negara pada masa depan (Gultom, 2008). Periode penting dalam usia tumbuh kembang anak adalah masa balita, karena pada masa ini pertumbuhan dasar akan mempengaruhi anak selanjutnya (Kania, 2010).

Orang tua atau keluarga berperan penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak yang dimulai sejak lahir. Dukungan orang tua yang baik akan berpengaruh dalam pertumbuhan dan perkembangan anak yang relatif stabil, namun apabila dukungan orang tua pada anak kurang baik, maka anak akan mengalami hambatan pada dirinya sehingga dapat mengganggu psikologis anak (Hidayat, 2008). Dukungan yang diberikan orang tua dapat berupa kebutuhan fisik-biologis, kebutuhan emosi, dan kebutuhan stimulasi. Kebutuhan fisik-biologis berguna untuk pertumbuhan otak, sistem sensorik, serta motorik anak. Kebutuhan emosi berguna untuk kecerdasan emosi, interpersonal dan intrapersonal. Sedangkan, kebutuhan stimulasi berguna untuk merangsang semua sistem sensorik, motorik serta kecerdasan. Salah satunya adalah dengan pijat bayi (Health&Bainbridge, 2007).

Pijat bayi merupakan terapi sentuh dan seni perawatan yang sudah lama dikenal dan dalam praktiknya didominasi oleh dukun bayi. Di Indonesia, pemijatan tidak hanya dilakukan bila bayi sehat, tetapi juga saat bayi sakit atau rewel dan sudah menjadi rutinitas perawatan bayi setelah lahir (Roesli, 2011). Dampak positif yang ditimbulkan dari pijat umumnya bayi menjadi lebih rileks atau tenang, peredaran darah menjadi lancar, serta terdapat peningkatan fungsi - fungsi organ tubuh. Namun, apabila pijat yang diberikan tidak sesuai dengan ketentuan medis maka dapat menimbulkan dampak negatif antara lain adalah pembengkakan, terganggunya fungsi otak dan jaringan syaraf.

Sentuhan dan pijat pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Laporan tertua tentang seni pijat untuk pengobatan tercatat di Papyrus Ebers, yaitu catatan kedokteran zaman Mesir Kuno. Ayur Veda, buku kedokteran tertua di India (sekitar 1800 SM) tentang pijat, diet, dan olahraga sebagai metode penyembuhan (Roesli, 2011). Pengobatan tersebut telah dibuktikan pada pijat bayi prematur. Sebuah penelitian tentang pijat bayi prematur dilakukan oleh psikolog Field dan Scafidi (1986 dan 1990) dalam Roesli (2011) menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur berat badan 1280 dan 1176 gr, yang dipijat 3x15 menit selama 10 hari mengalami berat badan perhari 20% sampai 47 %

lebih banyak dari yang tidak dipijat. Penelitian pada bayi cukup bulan yang berusia 1- 3 bulan yang dipijat 15 menit setiap 2x seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dan terkontrol.

Namun pada kenyataannya, di Rumah Sakit Sardjito Yogyakarta selama 5 tahun terakhir terdapat 6 kasus bayi meninggal dunia, cerebral palsy, terganggunya fungsi otak, dan jaringan saraf yang diakibatkan karena kesalahan teknik pijat yang dilakukan oleh dukun bayi (Kompas, 2014). Hal tersebut terjadi karena masyarakat masih mempercayakan pijat bayi kepada dukun bayi dan karena kurangnya pengetahuan masyarakat tentang pijat bayi (Suparyanto, 2011).

Pengetahuan merupakan hasil yang didapatkan seseorang setelah melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2011). Pengetahuan sangatlah penting bagi ibu atau keluarga karena berpengaruh dalam pembentukan perilaku atau sikap khususnya dalam melakukan pijat bayi. Oleh sebab itu, dukungan yang tepat dalam pemberian pengetahuan kepada masyarakat khususnya ibu yaitu dengan diadakan penyuluhan.

Penyuluhan merupakan kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan cara memberikan informasi terkait pengetahuan agar masyarakat tidak sekedar memahami tentang kesehatan namun dapat menerapkan dalam kehidupannya (Suryani & Machfoedz, 2008). Dalam penyuluhan ini, peran perawat memberikan informasi tentang pijat bayi dengan mengajarkan teknik dan menjelaskan manfaat dari dilakukan pijat bayi kepada orang tua, keluarga, atau masyarakat serta mengembangkan pengetahuan tentang stimulasi khususnya pijat bayi secara merata bukan hanya di kalangan masyarakat tetapi juga di kalangan tenaga kesehatan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Posyandu Desa Joho Prambanan Klaten, peneliti melakukan wawancara kepada ibu kader posyandu, ibu kader mengatakan jika semua Posyandu di Desa Joho belum pernah mengadakan penyuluhan tentang pijat bayi sejak tahun 2005. Pada tanggal 06 Desember 2017, peneliti melakukan wawancara tentang pijat bayi pada 15 ibu-ibu yang aktif mengikuti kegiatan posyandu, ibu-ibu mengatakan masih memijat bayinya ke dukun bayi karena takut untuk memijat sendiri. Selama ini, ibu-ibu hanya mengetahui manfaat pijat bayi hanya untuk menenangkan anak ketika rewel saja serta keterlambatan berjalan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *Quasi-Experiment* dengan rancangan *Separate Pretest-Posstest design* (Sugiyono, 2016). Populasi dalam penelitian ini adalah ibu – ibu yang mempunyai anak usia 0-12 bulan sebanyak 50 responden. Jumlah sampel sebanyak 30 responden yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kontrol dan kelompok eksperimen.

Metode yang digunakan dalam pengambilan sampel adalah *non probability sampling*. Dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengambilan data pada kelompok kontrol dilakukan sebelum diberikan penyuluhan dan pada kelompok eksperimen dilakukan setelah diberikan penyuluhan. Intervensi penelitian dilakukan dalam satu waktu. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah *statistic non parametric* dengan menggunakan uji *Mann-Whitney U-Test*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan Usia Anak

Variabel	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
	F	%	F	%
0-6 bulan	7	46,7	3	20
7-12 bulan	8	53,3	12	80

Sumber: Data Primer (2018)

Berdasarkan tabel 1 diketahui karakteristik responden berdasarkan usia anak pada kelompok kontrol yaitu paling banyak berusia 7-12 bulan sebanyak 8 orang (53,3%) sedangkan usia anak paling sedikit berusia 0-6 bulan yaitu sebanyak 7 orang (46,7%). Sedangkan karakteristik usia anak pada kelompok eksperimen paling banyak berusia 7-12 bulan yaitu sebanyak 12 orang (80,0%) sedangkan usia anak paling sedikit berusia 0-6 bulan yaitu sebanyak 3 orang (20,0%).

Tabel 2 Karakteristik responden
berdasarkan Usia Ibu

Variabel	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
	F	%	F	%
23-27 tahun	3	20	5	33,3
28-32 tahun	3	20	5	33,3
33-37 tahun	9	40	5	33,3

Sumber: Data Primer (2018)

Berdasarkan tabel 2 diketahui karakteristik responden berdasarkan usia ibu pada kelompok kontrol yaitu paling banyak berusia 33-37 tahun sebanyak 9 orang (60,0%), dan usia ibu yang paling sedikit berusia 28-32 dan 23-27 tahun yaitu sebanyak 3 orang (20,0%). Sedangkan karakteristik usia ibu pada kelompok eksperimen yaitu tidak ada usia yang paling dominan antara lain sebagai berikut usia 23-27 sebanyak 5 orang (33,3%), usia 28-32 sebanyak 5 orang (33,3%), usia 32-37 sebanyak 5 orang (33,3%).

Tabel 3 Karakteristik responden
berdasarkan Pekerjaan

Variabel	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
	F	%	F	%
Wiraswasta	4	26,7	1	6,7
Buruh	6	40	6	40
Petani	2	13,3	4	26,7
Lain-lain	-	-	4	26,7
Pegawai Kantor	3	20	-	-

Sumber: Data Primer (2018)

Berdasarkan tabel 3 diketahui karakteristik responden berdasarkan pekerjaan pada kelompok kontrol yaitu paling banyak bekerja sebagai buruh yaitu sebanyak 6 orang (40,0%) dan pekerjaan paling sedikit bekerja sebagai petani yaitu sebanyak 2 orang (20,0%). Sedangkan karakteristik pekerjaan pada kelompok eksperimen paling banyak

bekerja sebagai buruh yaitu sebanyak 6 orang (40,0%) sedangkan pekerjaan paling sedikit bekerja sebagai wiraswasta yaitu sebanyak 1 orang (6,7%).

Tabel 4 Karakteristik responden berdasarkan Tingkat Pendidikan

Variabel	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
	F	%	F	%
SMA	14	93,3	14	93,3
SI	1	6,7	1	6,7

Sumber: Data Primer (2018)

Berdasarkan tabel 4 diketahui karakteristik responden berdasarkan tingkat pendidikan pada kelompok kontrol dan kelompok eksperimen yaitu paling banyak berpendidikan SMA yaitu sebanyak 14 orang (86,7%) sedangkan yang berpendidikan SI sebanyak 1 orang (13,3%).

Tabel 5 Karakteristik responden berdasarkan Pendapatan

Variabel	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
	F	%	F	%
500 ribu	11	73,3	4	33,3
500 ribu-2,5 juta	3	20	8	46,7
2.5 juta-5 juta	1	6,7	3	20

Sumber: Data Primer (2018)

Berdasarkan tabel 5 diketahui karakteristik responden berdasarkan tingkat pendapatan pada kelompok kontrol paling banyak berpendapatan 500.000-2.500.000 yaitu sebanyak 8 orang (46,7%) dan yang paling sedikit berpenghasilan 2.500.000 -5.000.000 yaitu sebanyak 3 orang (20,0%). Sedangkan karakteristik tingkat pendapatan pada kelompok eksperimen paling banyak berpendapatan 500.000 yaitu sebanyak 11 orang (73,3%) dan yang paling sedikit berpendapatan 2.500.000 -5.000.000 yaitu sebanyak 1 orang (6,7%).

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Pengetahuan
Pada Kelompok Kontrol dan Kelompok Eksperimen

No	Uraian	Kelompok Kontrol		Kelompok Eksperimen	
		Benar	Salah	Benar	Salah
1cara pengungkapan kasih sayang	13 (86,7)	2 (13,3)	15 (100)	-
2	... tangan harus bersih dan hangat	15 (100)	-	15 (100)	-
3	... peredaran darah menjadi lancar	15 (100)	-	15 (100)	-
4	... waktu terbaik pijat	4 (26,7)	11 (73,3)	4 (26,7)	11 (73,3)
5	...ibu harus meminta izin	4 (26,7)	11 (73,3)	4 (26,7)	11 (73,3)
6	...saat bayi tidur	13 (86,7)	2 (13,3)	13 (86,7)	2 (13,3)
7	...saat bayi sakit	12 (80)	3(20)	14 (93,3)	1(6,7)
8	...tidak menggunakan minyak bayi	13 (86,7)	2 (13,3)	13 (86,7)	2 (13,3)
9	... memegang kaki bayi pada pangkal paha	8 (53,3)	7 (46,7)	10 (56,7)	5 (53,3)
10	... pijat semua umur sama	14 (93,3)	1(6,7)	14 (93,3)	1(6,7)
11menggerakkan tangan kanan dan kiri.	10 (66,7)	5 (33,3)	10 (66,7)	5 (33,3)
12	...memegang pantat bayi	8 (53,3)	7 (46,7)	9(60)	6(40)
13	...membantu pertumbuhan	14 (93,3)	1(6,7)	14 (93,3)	1 (6,7)
14	...tidak perlu potong kuku	11 (73,3)	4 (26,7)	12 (80)	3 (20)

No	Uraian	Benar	Salah	Benar	Salah
15	...memandang mata bayi	13 (86,7)	2 (13,3)	15 (100)	-
16	...saat bayi lahir	6(40)	9(60)	13 (86,7)	2 (13,3)
17meningkatkan berat badan	8 (53,3)	7 (46,7)	8 (53,3)	7 (46,7)

Sumber: Data Primer (2018)

Hasil jawaban *benar* item pernyataan nomor 1 pada kelompok eksperimen menunjukkan terdapat peningkatan jawaban sebanyak 15 soal (100%) peningkatan jawaban ini jauh lebih baik jika dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu sebanyak 13 orang (86,7).

Hasil jawaban *salah* item pernyataan nomor 1 pada kelompok eksperimen menunjukkan penurunan jawaban menjadi tidak ada yang menjawab salah penurunan jawaban ini lebih baik jika dibandingkan dengan kelompok kontrol yaitu sebanyak 2 orang (13,3%).

TABEL 7 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi di Posyandu Desa Joho Prambanan Kabupaten Klaten

No	Tingkat Pengetahuan	Kontrol		Eksperimen	
		F	%	F	%
1	Baik	1	6,7	6	40
2	Cukup	9	60	9	60
3	Kurang	5	33,3	-	-
	Jumlah	15	100	15	100

Sumber: Data Primer (2018)

Tingkat pengetahuan ibu tentang pijat bayi pada kelompok eksperimen berada dalam kategori baik sebanyak 6 orang (40%) tingkat pengetahuan ibu lebih baik dibandingkan pengetahuan ibu pada kelompok kontrol yang termasuk kedalam kategoribaik hanya 1 orang (6,7%). Tingkat pengetahuan ibu tentang pijat bayi pada kelompok eksperimen berada dalam kategori cukup sebanyak 9 orang (60%) tingkat pengetahuan ibu ini lebih baik dibandingkan pengetahuan ibu pada kelompok kontrol yang termasuk ke dalam kategori kurang sebanyak 5 orang (33,3%).

2. Analisis Bivariat

	Nilai
Man-Whitney U	61.500
Z	-2.151
P	.031
Exact Sig (2*(tailed Sig.))	.033

Berdasarkan tabel hasil uji Mann Whitney U-Test dapat diketahui bahwa nilai $Z = -2,151$ dan $p = 0,031 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya secara statistik terdapat perbedaan yang bermakna antara kelompok kontrol dan kelompok eksperimen. Jadi dapat disimpulkan, bahwa terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang pijat bayi pada ibu yang mempunyai anak usia 0-12 bulan di Posyandu Desa Joho Prambanan Klaten.

PENGARUH PENYULUHAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN TENTANG PIJAT BAYI PADA IBU YANG MEMPUNYAI ANAK USIA 0-12 BULAN DI POSYANDU JOHO PRAMBANAN KLATEN

Pada tabel 6 menunjukkan bahwa responden pada kelompok eksperimen paling banyak menjawab benar dan mendapatkan nilai tertinggi pada item pernyataan nomor 1, 2, 3, 13, dan 15 jumlah ini relatif jauh berbeda dibandingkan responden pada kelompok kontrol yang menjawab benar dan mendapatkan nilai tertinggi pada item pernyataan nomor 2, 3, 10, dan 13. Hal tersebut menunjukkan terdapat peningkatan jumlah item pernyataan yang di jawab benar oleh responden. Hasil ini sesuai dengan penelitian Ramadhani (2011) bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan dan setelah diberikan penyuluhan.

Pada kelompok eksperimen item pernyataan yang mempunyai skor terendah dengan jawaban benar dan memiliki nilai rata-rata terendah yaitu pada item pernyataan nomor 4, 9, 17 jumlah ini relatif lebih kecil jika dibandingkan dengan kelompok kontrol yang memiliki nilai rata-rata terendah dengan jawaban benar yaitu pada item pernyataan nomor 4, 5, 12, 16, dan 17.

Pada item pernyataan nomor 1 menjelaskan tentang pengertian pijat bayi. Pijat bayi merupakan cara dalam pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dan anak lewat sentuhan kulit, hubungan kedekatan orang tua dan anak (*bonding*) akan berdampak terhadap karakter dan tumbuh kembang anak. Kedekatan orang tua dan anak berpengaruh terhadap perkembangan anak karena merupakan dasar pembentukan pola hubungan dengan orang lain sehingga anak akan memiliki rasa aman pada saat bersosialisasi.

Namun apabila pada saat anak kecil orang tua tidak mampu dan mau mendekati diri pada anak maka kemungkinan besar anak tersebut akan kesulitan dalam bersosialisasi, perkembangan fisik dan perkembangan motorik. Terhambatnya perkembangan fisik dapat berupa gagap atau kesulitan bicara. Sedangkan pada sosialisasi dapat berupa sulit membina

hubungan baru dengan orang lain, agresif atau nakal, menarik diri, egois, penuntut dan kurangnya minat terhadap orang lain.

Menurut Riksani (2012) melalui sentuhan pijat bayi akan berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang anak. Menurut Pratyahara (2012) pijat bayi akan menimbulkan dampak secara fisik dan secara kejiwaan/psikologis yaitu secara fisik akan memberikan kehangatan pada anak, sedangkan secara psikologis hubungan orang tua dengan anak akan bertambah intim.

Item nomor 2 menjelaskan bahwa sebelum melakukan pemijatan tangan harus bersih dan hangat. Pemeliharaan personal hygiene berarti tindakan memelihara kebersihan dan kesehatan diri untuk kesejahteraan fisik dan psikis. Seseorang dikatakan memiliki personal hygiene baik, apabila orang tersebut dapat menjaga kebersihan tubuhnya yang meliputi kebersihan kulit, kebersihan gigi dan mulut, kebersihan rambut, kebersihan mata, kebersihan hidung, kebersihan telinga, kebersihan kaki, kebersihan genitalia, serta kebersihan pakaian.

Menurut Perry (2005) bahwa pemeliharaan personal hygiene di perlukan untuk kenyamanan individu, keamanan dan kesehatan. Menurut Hidayat (2004) pemenuhan kebutuhan diri dan lingkungan dalam proses keperawatan meliputi menyiapkan tempat tidur tertutup dan terbuka, merawat kulit pada daerah yang tertekan, merawat rambut, merawat gigi dan mulut, merawat kuku, hygiene vulva dan memindahkan pasien.

Item nomor 3 menjelaskan bahwa "Sentuhan ibu membuat peredaran darah menjadi lancar". Pijat akan menghasilkan tekanan pada area tubuh tertentu, kemudian akan merangsang stimulasi pada sistem saraf. Saat dilakukan pemijatan pada tubuh, darah akan berhenti dan pada saat dilepaskan tekanan darah akan meningkat. Hal tersebut ditandai dengan timbulnya warna semu merah pada bagian tubuh yang dipijat, pada waktu yang bersamaan endapan - endapan yang terdapat pada jaringan akan terdorong akan terdorong bersama dengan aliran darah sehingga darah menjadi lancar termasuk distribusi oksigen dan nutrisi.

Menurut Subakti & Angraini (2008) sistem saraf menjadi terlatih menerima rangsangan ketika sentuhan berbagai variasi diberikan oleh ibu, demikian juga dengan pembuluh darah ketika dilakukan pemijatan maka alirannya akan menjadi lancar. Pembuluh darah atau darah identik dengan proses pengangkutan oksigen dan nutrisi ke seluruh tubuh.

Item nomor 17 menjelaskan bahwa "Pijat bayi dapat meningkatkan berat badan Pemijatan akan meningkatkan aktivitas vagus (aktivitas persyarafan) tubuh, sehingga dapat merangsang pelepasan hormon yang berperan dalam penyerapan makanan seperti hormon gastrin dan insulin sehingga nafsu makan dan berat badan bayi akan meningkat. Hormon gastrin tersebut disekresikan oleh lambung, sedangkan hormon insulin disekresikan oleh pankreas. Hormon gastrin berfungsi untuk memacu sekresi enzim pepsinogen dan memacu keluarnya enzim HCL (asam klorida). Sedangkan hormon insulin berfungsi oleh pankreas berfungsi untuk membuka jalan agar glukosa dapat masuk kedalam sel untuk menghasilkan energi, menekan produksi gula dihati dan otot serta mencegah pemecahan lemak sebagai sumber energy.

Menurut *Health and Braidge* (2007) pijat bayi akan merangsang saranervus vagus dalam meningkatkan peristaltik usus dan memacu produksi enzim pencernaan dalam

merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih banyak sehingga berat badan bayi akan meningkat. Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Field & Scafidi (1986 & 1990) dalam Roesli (2012) menunjukkan bahwa pada 20 bayi premature dengan berat badan 1280 & 1176 gram yang dipijat 3 x 15 menit selama 10 hari mengalami kenaikan berat badan per 20 – 47 % lebih banyak dari yang tidak dipijat. Penelitian juga dilakukan pada bayi cukup bulan berusia 1-3 bulan yang dipijat selama 15 menit dalam 2 kali seminggu selama 6 minggu, didapatkan kenaikan berat badan yang lebih terkontrol.

Item nomor 13 menjelaskan bahwa “Pijat bayi dapat membantu dalam pertumbuhan kemampuan fisik bayi”. Pertumbuhan bayi identik dengan pertumbuhan fisik yang dapat berupa perubahan besar, perubahan ukuran atau tingkat sel yang dapat diukur dengan dengan ukuran berat (gram atau kilogram). Pertumbuhan bayi dimulai pada saat masih dalam kandungan. Penelitian yang dilakukan oleh Bennet et.al (2013) bahwa pijat bayi berdampak terhadap perkembangan bayi dari segi fisik maupun dari segi mental. Perkembangan bayi dari segi fisik berupa peningkatan pertumbuhan bayi sedangkan perkembangan bayi dari segi mental berupa peningkatan pola tidur bayi.

Dalam tidur bayi terdapat dua siklus yaitu fase tidur REM (*Rapid Eye Movement*) dan Non-REM (*NREM*). Pada fase tidur REM (*Rapid Eye Movement*) otak akan memproduksi hormone kortisol, hormone tersebut akan membantu bayi untuk mengingat sekaligus menyusun aktivitas motorik seperti tengkurap, menghisap ASI, merangkak serta menggerakkan kaki. Sedangkan pada fase NREM yaitu kondisi dimana tubuh sudah dalam keadaan tidur kemudian bangun kembali, apabila fase NREM terjadi pada bayi kemungkinan besar bayi tersebut akan rewel. Menurut Roesli (2009) peningkatan pola tidur dimulai dari perubahan gelombang otak yaitu terjadinya penurunan gelombang alpha dan peningkatan gelombang beta serta theta yang dapat dilihat melalui penggunaan EEG (Elektroensefalografi). Perangsangan pada hipotalamus menyebabkan disekresikanya Corticotropin Releasing Factor (CRF) selanjutnya CRF merangsang kelenjar pituitary untuk meningkatkan produksi proopioid melanocortin (POMC) sehingga produksi enkephalin oleh medula adrenal meningkat.

Selain itu, kelenjar pituitary juga menghasilkan endorphin sebagai neurotransmitter sehingga dapat mempengaruhi suasana hati menjadi rileks. Peningkatan endorphin dan enkephalin menyebabkan tubuh menjadi rileks, dan menimbulkan perasaan tenang sehingga tegang pun berkurang dan memudahkan bayi untuk memperoleh tidur yang lelap dan berkualitas (Roesli, 2009).

Item pernyataan nomor 4 menjelaskan bahwa “Waktu terbaik memijat bayi hanya pada malam hari sebelum bayi tidur”. Malam hari merupakan waktu dimana proses metabolisme tubuh bekerja antara lain adalah adsorpsi nutrisi ke seluruh tubuh oleh kelenjar getah bening, sekresi cairan empedu untuk pencernaan, proses pembuangan racun/limbah hasil metabolisme tubuh oleh hati. Selain itu, malam hari merupakan waktu yang optimal dalam tidur atau istirahat.

Menurut Roesli (2009) perangsangan system saraf parasimpatik yang paling utama terlibat dalam proses tidur adalah beberapa area dalam saraf otonom parasimpatis nuclei rafe dan nukleus tractus solitaires. Kedua area tersebut merupakan regio sensorik medula dan pons yang dilewati oleh sinyal sensorik viseral yang memasuki otak melalui saraf-saraf vagus dan glosovaringeus, yang menimbulkan keadaan tidur. Selain itu, sistem

neurotransmitter serotonin juga meningkatkan kapasitas sel reseptor untuk mengikat glukokortikoid (adrenalin suatu hormon stres) sehingga menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin (Cortisol hormone). Proses ini menyebabkan perasaan rileks pada bayi sehingga merasa lebih nyaman dan tenang saat tidur.

Item pernyataan nomor 15 menjelaskan bahwa “Pada saat pemijatan bayi orang tua wajib memandang mata bayi agar terjalin rasa kasih sayang antara bayi dengan orang tua. Pandangan mata orang tua terhadap anak akan menimbulkan hubungan rasa percaya (*trust*) dan rasa aman pada diri bayi dan orang tua. Karena sentuhan pijat bayi merupakan media dalam komunikasi antara orang tua dengan anak (Syaukani, 2015).

Item pernyataan nomor 16 menunjukkan bahwa “Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan. Pijat dapat dilakukan pada saat bayi sudah lahir ataupun bayi masih dalam kandungan karena berpengaruh pada pertumbuhan dan perkembangan anak, selain itu pijat dapat memberikan manfaat antara lain adalah meningkatkan ASI, memperlancar peredaran darah, mencegah kontraktur, memperbaiki pola tidur bayi memperbaiki tonus otot, serta meningkatkan komunikasi antara orang tua dan bayi. Penelitian Astrilya (2013) menjelaskan bahwa pemijatan yang dilakukan pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Sidoarjo didapatkan hasil bahwa dari pemijatan 21 bayi dari 30 bayi hampir 73,3% tidak mengalami gangguan tidur.

Berdasarkan uji statistik *Mann Whitney U- Test* di peroleh hasil bahwa nilai Asymp. Sig sebesar $0,031 < 0,05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima artinya terdapat pengaruh penyuluhan kesehatan yang signifikan terhadap pengetahuan tentang pijat bayi pada ibu.

Penyuluhan merupakan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan cara memberikan informasi / pengetahuan kepada masyarakat dengan tujuan agar menjadi lebih baik. Suryani & Machfoedz (2008) mengemukakan bahwa penyuluhan kesehatan merupakan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan cara memberikan informasi terkait pengetahuan agar masyarakat tidak sekedar memahami tentang kesehatan namun dapat menerapkan dalam kehidupannya. Penyuluhan kesehatan merupakan upaya yang ditunjukkan untuk mempengaruhi orang lain, mulai dari individu, kelompok, keluarga dan masyarakat agar terlaksananya perilaku hidup sehat (Setiawati & Dermawan, 2008).

SIMPULAN DAN SARAN

1. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang pijat bayi pada ibu yang mempunyai anak usia 0-12 bulan di Desa Joho Prambanan Klaten dapat disimpulkan sebagai berikut:

- a. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan dapat diketahui pengetahuan ibu dari kategori kurang sebelum penyuluhan (5 orang atau 33.3 %) berkurang menjadi tidak ada setelah penyuluhan. Tingkat pengetahuan kategori cukup sebelum dan sesudah penyuluhan (9 orang atau 60%). Tingkat pengetahuan kategori baik sebelum diberikan penyuluhan (1 orang atau 6,7%) setelah diberikan penyuluhan bertambah menjadi (6 orang atau 40%).
- b. Ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap pengetahuan tentang pijat bayi pada ibu yang mempunyai anak usia 0-12 bulan di Posyandu Desa Joho Prambanan Klaten ($Z = -2,151$; $p < 0,05$).

2. Saran

Berdasarkan penelitian dan pembahasan dapat diberikan saran kepada:

a. Bagi Petugas Kesehatan

Petugas kesehatan atau kader posyandu diharapkan dapat melakukan penyuluhan secara berkala.

b. Bagi Orang Tua

Orang tua khususnya ibu hendaknya dapat meningkatkan pengetahuan tentang pijat bayi, apabila pengetahuan yang dimiliki orang tua baik maka dalam melakukan pemijatan secara mandiri akan baik dan benar.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai data awal dalam penelitian pijat bayi lebih lanjut. Peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih baik dalam penambahan jumlah sampel, memperbesar power, dan menggunakan metode lain dalam penyuluhan.

DAFTAR PUSTAKA

- Bennet C, Underdown A, and Barlow J. (2013). *Massage For Promoting Mental And Physical Health In Typically Developing Infants Under The Age Of Six Months*. Article Review. The Cochrane Collaboration. Published by JohnWiley & Sons, Ltd.
- Gultom, M. (2008). *Perlindungan Hukum Terhadap Anak dalam Sistem Peradilan Pidana Anak di Indonesia*, Refika Aditama; Bandung
- Kania. (2010). *Masa balita penting dalam perkembangan*. http://repository.unpad.ac.id/4568/1/stimulasi_tumbuh_kembang_anak_optimal.pdf. Diakses pada 20 Januari 2018 Pukul 20.00 WIB
- Hidayat, A. A. A (2008). *Pengantar Ilmu Kesehatan Anak*. Salemba Medika; Surabaya tanggal 20 Januari 2018 pukul 08.00 WIB).
- Health & Bainbridge. (2007). *Baby Massage Kekuatan Menenangkan Dari Sentuhan*. Dian Rakyat; Jakarta
- Kompas. (2014). Di Rumah Sakit Sardjito Yogyakarta selama 5 tahun terakhir terdapat 6 kasus bayi meninggal dunia, cerebral palsy, terganggunya fungsi otak, dan jaringan (<http://lifestyle.kompas.com/read/2014/11/22/0940004/Salah.Pijat.Bayi.Bisa.Sebabkan.Perdarahan.Otak>) Diakses pada tanggal 24 Januari 2018 Pukul 12.00 WIB).
- Pratyahara. (2012). *The Miracle Touch For Your Baby*. Yogyakarta
- Ramadhani.K. (2011). *Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi terhadap Perilaku Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi Secara Mandiri di Dusun Nogosari Wukirsari Imogiri Bantul Yogyakarta*. Skripsi Tidak di Publikasikan. PSIK. Stikes ' Aisyiyah Yogyakarta.
- Riksani, R. (2012). *Cara Mudah & Aman Pijat Bayi*, Dunia Sehat; Jakarta.
- Roesli, U. (2011). *Pedoman Pijat Bayi*. Trubus Agriwidya; Jakarta.
- Setiawati, S. & Dermawan, A.C. (2008). *Proses Pembelajaran dalam Pendidikan Kesehatan*, Trans Infomedia: Jakarta.
- Subakti & Anggraini. (2018). *Keajaiban Pijat Bayi & Balita*. Kawah Media: Jakarta

Suparyato. (2011). Masyarakat masih mempercayakan pijat bayi kepada dukun bayi yang dianggap lebih mengerti dalam melakukan pijat. (<https://dr-suparyanto.blogspot.co.id/2011/09/pijat-bayi.html>).

Suryani, E & Mahfoedz, I. (2008). *Pendidikan Kesehatan Bagian Dari Promosi Kesehatan*, Fitrayama; Yogyakarta.

Sugiyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Alfabet: Bandung



unisa
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta