



Pengaruh Pijat Bayi Diiringi Murrotal Terhadap Berat Badan Bayi Usia 2-4 Bulan di Puskesmas Jatinegara

Rizqitha, Boediarsih, Siti Fauziyati

Universitas Karya Husada Semarang

Email korespondensi: erlmundrizqitha@gmail.com

No HP: 081542519744

ARTICLE INFO

Article History:

Received

09 Juli 2022

Accepted

15 Agustus 2022

Published

15 Agustus 2022

Kata Kunci:

Pijat Bayi;

Berat badan bayi;

Murrotal

Keywords:

Baby massage;

Baby wieght;

Murrotal

ABSTRAK

Latar Belakang: Data wilayah kerja Puskesmas Jatinegara bahwa orangtua bayi usia 2-4 bulan belum ada yang melakukan teknik pemijatan bayi untuk meningkatkan kesehatan dan perawatan suportif bagi bayi. Pijat bayi dengan terapi musik sebagai salah satu upaya nonfarmakologi dalam mengatasi masalah berat badan dan budaya pijat sudah ada di wilayah Puskesmas Jatinegara namun masih dilakukan oleh dukun bayi. **Tujuan:** Mengetahui pengaruh pijat bayi diiringi murrotal terhadap berat badan bayi usia 2-4 bulan di wilayah kerja Puskesmas Jatinegara.

Metode: Jenis penelitian *Quasi Experiment* dengan *one group pretest-posttest design*. Jumlah sampel 18 bayi. Analisa data univariat menggunakan uji tendensi sentral, minimum, maksimum, mean, median, dan standar deviasi (sd). Selanjutnya dilakukan uji normalitas data dengan Saphiro Wilk Analisa data menggunakan uji statistik *paired t-test*.

Hasil: Rerata kenaikan berat badan bayi setelah diberikan pijat bayi diiringi murrotal adalah 5900 gram dengan standar deviasi 576.557. Uji normalitas menggunakan uji Shapiro-Wilk untuk mengetahui distribusi normal atau tidak, data yang berdistribusi normal jika nilai p value $\geq 0,05$. Kenaikan berat badan bayi paling rendah adalah 4700 gram dan paling tinggi adalah 6700 gram. hasil uji statistik paired test peningkatan berat badan bayi diiringi murrotal didapatkan $p=0,000$. Karena $p=0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi diiringi murrotal terhadap berat badan bayii. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh pijat bayi diiringi murrotal terhadap kenaikan berat badan bayi usia 2-4 bulan di Puskesmas Jatinegara.

ABSTRACT

Background: Initial observations in the Jatinegara Health Center working area that parents baby especially baby 2-4 months of age no one has done specific baby massage techniques that are useful for improving the health and care of babies. Researchers conducted to overcome this problem, namely doing baby massage as one of the non-pharmacological efforts in overcoming weight problems and massage culture already exists in the Jatinegara Health Center area but is still carried out by traditional birth attendants. **Purpose:** To know influence massage baby accompanied by murottal to baby weight 2-4 months old at the Puskesmas Jatinegara. **Methods:** The research is *Quasi Experiment* with *one group pretest-posttest design*. The samples is 18 babies. Data analysis used central tendency test, minimum, maximum, mean, median,

and standard deviation. The bivariat test was analyzed using paired t-test.
Results: Average increase baby weight after given massage baby accompanied by murrotal is 5900 grams with standard deviation 576,557. Ascension lowest baby weight is 4700 grams and the highest is 6700 grams. statistical test results paired test enhancement baby weight accompanied by murrotal obtained $p = 0.000$ ($p = 0.000 < 0.05$).
Conclusion: There are influence massage baby accompanied by murrotal to increase baby weight 2-4 months old at Puskesmas Jatinegara.

PENDAHULUAN

Bayi adalah anak usia 0 sampai 12 bulan. Setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan dalam masa hidupnya. Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinyu 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. (Sudargo, 2018)

Data Kabupaten Tegal jumlah bayi pada tahun 2020 sebaesar 26,196, jumlah kematian bayi tahun 2020 sebesar 4,3/1.000 KH, jumlah kematian neonatal tahun 2020 sebesar 5,7/1.000 KH, jumlah persalinan tahun 2020 yaitu sebanyak 26,895 dan jumlah kematian maternal tahun 2020 yaitu sebanyak 28 orang. (Dinkes Kab Tegal, 2020)

Masyarakat masih banyak yang beranggapan bahwa penyebab utama dari masalah pertumbuhan seperti stunting adalah faktor genetik, namun persentasenya hanya sedikit yaitu 5%, selebihnya karena faktor asupan gizi, pola asuh dan kondisi sanitasi lingkungan. Salah satu hal yang dapat dilakukan dalam menangani masalah pertumbuhan adalah mengatur pola makan atau pemberian gizi. Penyebab permasalahan berat badan, salah satunya adalah nafsu makan anak menurun. Hal ini bisa diatasi dengan pemberian suplemen atau vitamin pada anak ataupun stimulasi dan rangsangan. Salah satu rangsangan dan stimulasi yang dianjurkan adalah pijat bayi. (Ronald, 2011)

Pemberian stimulasi berupa pijat bayi dapat membantu bayi tidur dengan nyenyak. Pijat bayi juga bisa menimbulkan relaksasi pada bayi, selain itu pijat bayi merupakan salah satu cara yang mampu menimbulkan perasaan nyaman bagi bayi karena dengan sentuhan lembut membantu merileksasikan ketegangan otot sehingga bayi menjadi tenang dan tidur dengan nyenyak. (Ronald, 2011; Julianti, 2017)

Berdasarkan data yang diperoleh peneliti di Puskesmas Jatinegara menyatakan bahwa jumlah bayi usia 2-4 bulan yang melakukan penimbangan di Puskesmas Jatinegara pada tahun 2020 sebanyak 767. Hasilnya 166 (21%) bayi mengalami tidak terjadi kenaikan berat badan yang seharusnya sedangkan sisanya mengalami kenaikan berat badan. Pada tahun 2021 sebanyak 789 bayi melakukan penimbangan, terdapat 124 (15,7%) bayi mengalami tidak terjadi kenaikan berat badan yang seharusnya.

Selain pijat bayi yang dapat meningkatkan berat badan, terapi musik juga merupakan salah satu terapi komplementer yang dapat meningkatkan berat badan bayi. Terapi musik adalah terapi yang efektif untuk memperbaiki atau menghilangkan kesulitan hidup secara fisik, psikis, sosial dan distres spiritual dan meningkatkan kenyamanan. (Julianti, 2017). Salah satu jenis terapi musik yang dapat digunakan untuk meningkatkan berat badan bayi adalah terapi murrotal. Terapi murrotal adalah terapi audio melalui lantunan ayat Al-Quran yang dibacakan dengan ritme, nada, dan harmoni yang menenangkan. (Anam, 2019) Terapi murrotal diadaptasi dari kepercayaan umat islam, yang menjadikan Al-Quran sebagai kitab suci agama islam. Di Indonesia khususnya Kecamatan Jatinegara Kabupaten Tegal 98% yang mayoritas penduduknya beragama Islam, sehingga terapi murrotal dapat dengan mudah untuk diterapkan. (Mujamil, 2018; BPS Tegal, 2020)

Data studi pendahuluan bahwa dari 10 orang ibu bayi yang diwawancarai diperoleh hasil sebanyak 4 bayi yang mengalami masalah berat badan karena

bayinya malas minum ASI kemudian intervensi yang diberikan bidan untuk mengatasi berat badan yaitu dengan memberikan pendidikan kesehatan pada ibu untuk tetap memberikan ASI kepada bayi. 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 di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh pijat bayi diiringi murrotal terhadap berat badan bayi usia 2-4 bulan di Puskesmas Jatinegara” ?

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah Quasi Experiment menggunakan pendekatan one group pre test – post test design. Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Jatinegara di Tegal pada bulan Agustus 2021 sampai Februari 2022. Timbangan bayi digunakan sebagai alat ukur pretest-postest kemudian dicatat pada lembar observasi.

Populasi dalam penelitian ini adalah bayi usia 2-4 bulan sebanyak 40 orang, berdasarkan penghitungan sampel diperoleh 18 bayi sebagai responden penelitian. Teknik pengambilan sampel yang akan di gunakan pada penelitian ini adalah nonprobability sampling dengan purposive sampling. Analisis univariat disajikan dalam bentuk tendensi sentral, minimum, maksimum, mean, median, dan standar deviasi (sd). Analisa bivariat menggunakan uji statistik *paired t-test*.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di rumah responden Wilayah Puskesmas Jatinegara sejak tanggal 01 - 14 Februari 2022 tentang “Pengaruh Pijat Bayi Diiringi Murottal Terhadap Berat Badan Bayi Usia 2-4 Bulan di Puskesmas Jatinegara Tahun 2021”. Responden pada penelitian ini adalah seluruh bayi usia 2-4 bulan dengan asupan nutrisi hanya ASI Eksklusif saja yang berjumlah 18 bayi yang dilakukan pemijatan selama 2 minggu dan berlangsung sekitar 60 menit. Karakteristik responden dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 1. Frekuensi Karakteristik Responden Bayi Bulan Februari Tahun 2022 di Wilayah Puskesmas Jatinegara.

No	Karakteristik Responden	Pijat		
		n	%	
1	Jenis kelamin	Laki-laki	11	61,1
		Perempuan	7	38,9
	Jumlah	18	100	
2	Usia/Umur	2 bulan	3	16,7
		3 bulan	8	44,4
		4 bulan	7	38,9
	Jumlah	18	100	
3	Panjang Umur	56-60 cm	13	72,2
		61-66 cm	5	27,8
	Jumlah	18	100	
4	Berat Badan	4500-5700 gram	7	38,9
		5800-7300 gram	11	61,1
	Jumlah	18	100	

Tabel 1 diketahui responden terbanyak dalam penelitian ini berjenis kelamin laki-laki yaitu berjumlah 11 responden (61,1%) sedangkan sisanya responden berjenis kelamin perempuan berjumlah 7 responden (38,9). Responden terbanyak berumur 3 bulan yaitu 8 responden (44,4%), selanjutnya berumur 4 bulan sebanyak 7 responden (38,9%) dan sisanya responden berusia 2 bulan yaitu 3 responden atau sekitar (16,7%). Umur bayi dihitung berdasarkan tanggal lahir bayi sampai hari pengambilan data awal bayi. Panjang badan bayi setelah diberikan pijat bayi diiringi murrotal, rentang panjang badan 56-60 cm sebanyak 13 responden (72,2%) dan sisanya rentang panjang badan 61-66 cm sebanyak 5 responden (27,8%). Hasil kenaikan berat badan dengan rentang berat badan 4500-5700 gram sejumlah 7 responden (38,9%) dan rentang berat badan 5800-7300 gram sebanyak 11 responden (61,1%).

Pijat Bayi Diiringi Murrotal Terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi

Tabel 2 Kenaikan Berat Badan Bayi Setelah Diberikan Pijat Bayi Diiringi Murrotal di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinegara Tahun 2022

Variabel	Mean	Median	Mode	Std.dev	Min	Max	Sum
BB set. diberikan pijat bayi diiringi murrotal	5777.78	5900.00	5900	576.557	4700	6700	104000

Sumber : Data Primer (2022) yang diolah

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan rerata kenaikan berat badan bayi setelah diberikan pijat bayi diiringi murrotal adalah 5900 gram dengan standar deviasi 576.557. Kenaikan berat badan bayi paling rendah adalah 4700 gram dan paling tinggi adalah 6700 gram.

Tabel 3 Pengaruh Pijat Bayi Diiringi Murrotal Terhadap Kenaikan Berat Badan Usia 2-4 Bulan Sebelum Dan Sesudah Pemijatan di Wilayah Kerja Puskesmas Jatinegara Tahun 2022

	Mean	95% Confidence Interval of the Difference		t	Sig.(2-tailed)
		Lower	Upper		
Pengaruh pijat bayi diiringi murrotal terhadap BB bayi usia 2-4 bulan	322.222	372.113	272.331	13.626	.000
<i>Pre-test</i>					
<i>Post-test</i>					

Tabel 3 diketahui bahwa ada pengaruh kenaikan berat badan bayi sebelum dan sesudah dipijat diiringi murrotal. Hasil uji paired-t test diperoleh nilai $p=0,000$, secara statistik nilai $p=0,000 < \text{atau } 0,05$ H_a diterima yang berarti ada pengaruh pijat bayi diiringi murrotal terhadap kenaikan berat badan bayi usia 2-4 bulan di wilayah kerja Puskesmas Jatinegara Tahun 2022.

PEMBAHASAN

Hasil data yang diperoleh menunjukkan bahwa, rata-rata berat badan bayi usia 2-4 bulan setelah diberikan perlakuan pijat bayi selama dua minggu, rata-rata pertumbuhan kenaikan berat badan bayi naik 100%. Hal ini menunjukkan bahwa pemberian pijat bayi diiringi murrotal adalah suatu bentuk perlakuan alternatif terbaik dan murah dalam upaya menaikkan berat badan bayi.

Berdasarkan hasil uji statistik paired test peningkatan berat badan bayi diiringi murrotal didapatkan $p=0,000$. Karena $p=0,000 < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_a diterima, hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi diiringi murrotal terhadap berat badan 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. Pemijatan juga meningkatkan penyerapan makanan oleh nervus vagus sehingga nafsu makan bayi juga akan meningkatkan yang dapat secara langsung meningkatkan berat badan bayi. (Juliанти, 2017; Sutarmi, 2018)

Aktivitas pemijatan akan meningkatkan aktifitas *neorotransmitter serotin*, yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi meningkatkan *glucocorticoid* (adrenalin, suatu hormon stres). Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar *hormon adrenalin* (hormon stres) penurunan kadar hormon stres ini akan meningkatkan daya tahan tubuh, terutama IgM dan IgG. Pijat bayi akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan (*alertness*) atau konsentrasi. Hal ini dikarenakan pijatan yang baik dapat mengubah gelombang otak. Perubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang *alpha* dan meningkatkan gelombang *beta* serta *tetha* yang dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (*electro encephalogram*). (Harahap, 2019; Sukmawati, 2020; Sutarmi 2018)

Penelitian dilakukan di rumah responden selama dua minggu sehari dua kali. Responden mengalami perubahan kenaikan berat badan setelah di pijat bayi diiringi *murrotal*. Terapi *murrotal* berlangsung hampir semua responden terlihat rileks/tenang bahkan tertidur. Ada 2 orang bayi yang menangis saat permulaan di intervensi tetapi setelah terapi *murrotal* berlangsung sekitar 60 menit responden tampak tenang dan akhirnya tertidur.

Hal ini sejalan dengan ayat-ayat suci yang tercantum dalam Al-Qur'an bahwa terapi murrotal adalah salah satu metode pengobatan yaitu dengan membacakan ayat-ayat Al-Qur'an kepada pasien dan diulangi beberapa kali sampai terjadi proses penyembuhan. Allah SWT menyampaikan kepada kita bahwa Al-Qur'an adalah asy syifaa (penyembuh): "Dan kami telah menurunkan dari Al-Qur'an, suatu yang menjadi penawar (obat) dan rahmat bagi orang-orang yang beriman dan Al-Qur'an itu tidaklah menambah kepada orang-orang yang dzalim selain kerugian" (Q.S Al-Isra :82). Al-Qur'anul karim memiliki pengaruh yang luar biasa terhadap tubuh, terutama pada sistem imunitas atau kekebalan tubuh. Dengan membaca Al-Qur'an akan memperkuat tingkat kekebalan tubuh seseorang. Dan mampu mengembalikan keseimbangan sistem sel, terutama sel otak dan jantung, yang merupakan organ paling utama dalam tubuh manusia.

Terapi murrotal adalah salah satu upaya yang bisa sangat berguna dalam dunia Kesehatan, terapi membaca surat-surat Al-Qur'an terbukti menenangkan dan dapat menurunkan gelombang otak pada kondisi alpha pada frekuensi 7-12 Hz, dan dapat digunakan sebagai terapi selain obat. (Putriana, 2018) Penelitian ini telah dibuktikan mampu menaikkan berat badan.

Terapi *murrotal* adalah salah satu terapi yang diajarkan oleh Nabi Muhammad SAW, atau pada zaman rosul disebut tibbun Nabawi, walaupun belum dapat dilakukan penelitian yang menggunakan alat instrument yang ilmiah, terapi *murrotal* dapat dijadikan terapi alternatif penyembuh segala macam penyakit. Ayat Al-Qur'an tidak dapat dibahas secara ilmiah karena hanya Allah yang Maha Mengetahui segalanya. (Mujamil, 2018; Putriana, 2018) Terapi dapat diterapkan di tempat-tempat pelayanan Kesehatan, seperti puskesmas, praktek bidan, rumah sakit dan bisa disosialisasikan ke masyarakat. Setelah dilakukan penelitian dan didapatkan hasil bahwa pijat bayi diiringi *murrotal* ini dapat menaikkan berat badan bayi secara bermakna dengan nilai p value <0,05 dapat dibuktikan bahwa pijat bayi diiringi *murrotal* efektif dijadikan terapi komplementer kebidanan asuhan bayi.

SIMPULAN DAN SARAN

Hasil kenaikan berat badan dengan jumlah responden terbanyak rentang berat badan 5800-7300 gram sebanyak 11 responden. Penelitian ini membuktikan adanya perbedaan yang bermakna antara kenaikan berat badan bayi usia 2-4 bulan sebelum dan sesudah dipijat diiringi murrotal ($p=0,000 < 0,05$). Perbedaan rata-rata berat badan sebelum dan sesudah dipijat diiringi murrotal menunjukkan bahwa terdapat perbedaan berat badan sebesar 322,22 gram.

Penelitian ini dapat dijadikan salah satu *evidence based* untuk memberikan intervensi tenaga bidan dalam upaya pengoptimalan peningkatan berat badan bayi dengan pijat badan diiringi murrotal. Selain itu penelitian ini dapat juga dijadikan salah satu referensi dalam proses pembelajaran khususnya dalam penerapan pijat bayi usia 2-4 bulan.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalu, C., Maftuchah, M., & Ulya, F. H. (2022). *Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan*. Window of Midwifery Journal, 24-30.
- Anam, A., Khasanah, U., & Isworo, A. (2019). *Terapi audio dengan murrotal Alquran terhadap perilaku anak autis: Literature Review*. Journal of Bionursing, 1(2), 163-170.
- Badan Pusat Statistik. (2020). *Kabupaten Tegal Dalam Angka Tahun 2020*. Tegal : BPS Kabupaten Tegal.
- Dahlan, Sopiudin. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta : Epidemiologi Indonesia. 2014.
- Dinkes Provinsi Jawa Tengah. (2018). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Tahun 2018*. Semarang : Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah.
- Dinas Kesehatan Kabupaten Tegal. (2020). *Profil Kesehatan Kabupaten Tegal Tahun 2020*. Kabupaten Tegal.
- Harahap, N. R. (2019). *Pijat bayi meningkatkan berat badan bayi usia 0-6 bulan*. Jurnal Kesehatan Prima, 13(2), 99-107.
- Ida Susila. (2017). *Pengaruh Teknik Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi usia 0-7 bulan di BPS Ny. Aida Hartatik Desa Dlanggu Kecamatan dekat Kabupaten*

- Lamongan. *Jurnal Midpro*, Vol. 9 / No. 2.
- Julianti. (2017). *Rahasia Baby Spa*. Jakarta: Writepreneur Club
- Mujamil A.J, dkk. (2018). *Pengaruh Mendengarkan Al-Qur'an Terhadap Kualitas Tidur Mahasiswa Tingkat Akhir*. *Jurnal Sehat Masada*
- Priyono. (2016). *Metode Penelitian Kuantitatif*. Sidiarjo: Zifatam.
- Putriana, Y., & Aliyanto, W. (2018). *Efektifitas Perawatan Metode Kangguru (PMK) dan terapi murottal terhadap peningkatan berat badan dan suhu pada bayi BBLR*. *Jurnal Kesehatan*, 9(1), 33-45.
- Rahmania H. (2015). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi*. *J Agromed Unila* 2015; 2(4): 446-50.
- Ronald, HS. (2011). *Pedoman & Perawatan Balita Agar Tumbuh Sehat dan Cerdas*. Nuansa Aulia, Bandung.
- Sudargo T, Aristasari T. Afifah A. (2018). *1000 Hari Pertama Kehidupan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sukmawati, E., & Imanah, N. D. N. (2020). *Efektivitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi*. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11-17.
- Subekti. (2016). *Panduan Praktis Memijat Buah Hati Anda*. Jakarta: PT. Nusa Pressindo.
- Sugiyono. (2013) *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta.
- Sutarni, Suprihatin K, Widyawati MN. (2018) *Love Touch :Pediatric Massage Therapy. Cetakan Kelima*. Semarang : Indonesian Holistic Care Association (IHCA).
- Wulandari Dwi Etik, Trimulyaningsih Nita. (2018). *Mendengarkan Murattal Al-Qur'an Untuk Menurunkan Tingkat Insomnia*. *Jurnal Internasional Psikologi*.