

## PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP POLA TIDUR BAYI USIA 1 – 3 HARI DI RUANG NEONATUS RSIA KIRANA SIDOARJO

Nuur Hayati Astrilya<sup>1</sup>, Krisna Murti<sup>2</sup>

1. Mahasiswi Prodi D-III Kebidanan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya
2. Tenaga Pengajar Prodi D-III Kebidanan Universitas PGRI Adi Buana Surabaya

### ABSTRAK

Pada umumnya bayi mudah terserang penyakit karena bayi belum mampu/belum memiliki daya tahan tubuh yang baik/kuat, oleh sebab itu orang tua harus berpartisipasi dalam merawat bayi sebelum sakit dan ketika sakit. Adanya fenomena bahwa akan terdapat perbedaan antara pola tidur bayi yang tidak diberikan pijatan secara lengkap dan yang diberikan pijatan lengkap, gambaran perbedaan ini dapat dilihat dari pola tidur bayi, yang mendapat pijatan lengkap akan lebih pulas tidurnya dibandingkan dengan yang tidak mendapatkan pijatan secara lengkap, karena bayi akan sering mengalami frekuensi bangun setiap 6 jam tidur, bisa lebih 6 kali bangun. Penelitian ini bertujuan untuk Mengetahui adanya pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di Ruang Neonatus RSIA Kirana Sidoarjo.

Dalam penelitian digunakan metode analitik dengan desain penelitian *Cross Sectional* metode deskriptif yang pengambilan sampelnya dilakukan secara *consecutif sampling*. Populasi dalam penelitian adalah sebagian bayi usia 1-3 hari sejumlah 33 bayi. Instrumen dalam pengumpulan data menggunakan observasi. Analisis data dengan menggunakan uji statistik *chi square*.

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diperoleh hasil bahwa dari 30 bayi, 21 bayi (70%) pelaksanaan pijat bayi terbanyak diberikan pijat secara lengkap, 22 bayi (73,3%) pola tidur bayi setelah diberikan pijat bayi terbanyak dengan pola tidur tidak terganggu. Dari hasil pengujian dengan *chi-square* bahwa  $\chi^2_{hitung} > \chi^2_{tabel}$  sehingga hasil analisis signifikan. Artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo.

Disarankan agar orang tua mencari pengetahuan dan tata cara pijatan yang baik dan benar terutama bagi orang tua yang mempunyai bayi usia 1-3 hari melalui berbagai informasi seperti penyuluhan, demonstrasi dan pemberian leaflet yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan.

Kata Kunci : Pijat Bayi, Pola Tidur

### PENDAHULUAN

Pada umumnya bayi mudah terserang penyakit karena bayi belum mampu/belum memiliki daya tahan tubuh yang baik/kuat, oleh sebab itu orang tua harus berpartisipasi dalam merawat bayi sebelum sakit dan ketika sakit. Bila terdapat tanda bayi sakit maka segera orang tua mengambil kebijakan untuk membawa bayinya ke fasilitas kesehatan, untuk menghindari agar penyakit yang dialami bayi tidak semakin parah, makabeberapa orang tua memilih untuk melakukan pengobatan dengan pijat bayi.

Berdasarkan survey awal yang dilakukan di RSIA Kirana Sidoarjo pada bulan 19-22 Pebruari 2013 di ruang

neonatus terdapat 32 bayi yang lahir, dan yang mendapat layanan pijat bayi sejumlah 26 bayi (81,3%) langsung 1-3 hari setelah kelahirannya dan tersisa 6 bayi (18,8%) yang tidak memperoleh pijatan karena dalam perawatan intensive dokter. Pijatan bayi yang dilakukan pihak medis rumah sakit berupa pijatan tangan, kaki, punggung dan muka bayi fasilitas pijat bayi diberikan kepada seluruh bayi kecuali bayi yang mengalami gangguan sakit. Dalam survey awal peneliti juga melakukan pengamatan terhadap pola tidur bayi dengan pengambilan sampling secara acak, 3 bayi yang pada siang harinya diberikan pijatan, maka pola tidurnya menjadi

nyenyak dari 6 jam tidur setelah dipijat, bayi terbangun sebanyak 2-3 kali. Kemudian pengamatan juga dilakukan kepada 3 bayi yang tidak diberikan pemijatan, maka pola tidurnya kurang nyenyak dan cenderung rewel, dalam pengamatan selama 6 jam tidur, bayi terbangun lebih dari 6 kali.

Tujuan Penelitian adalah untuk Mengetahui adanya pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di Ruang Neonatus RSIA Kirana Sidoarjo, sehingga hal ini merupakan salah satu informasi bagi pasien dalam upaya mengembangkan pengetahuan tentang pijat bayi, serta meningkatkan peran fungsi bidan sebagai pendidik (*educator*) dalam tatanan pelayanan kesehatan baik kepada individu, keluarga dan masyarakat, terutama bagi ibu khususnya tentang pijat bayi dan pola tidur bayi.

## BAHAN DAN METODE

Desain penelitian adalah “suatu strategi penelitian dalam mengidentifikasi permasalahan sebelum perencanaan akhir pengumpulan data.” Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari.

Bentuk desain penelitian ini adalah *Cross Sectional* karena kedua variabel ini diambil pada saat bersamaan dan hanya satu kali. Desain *cross sectional* identik dengan tabulasi silang (*crosstabulation*), yaitu menyilangkan suatu kejadian antar variabel. Dalam hal ini adalah menyilangkan pengaruh pijat bayi dengan pola tidur bayi usia 1-3 hari.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan penelitian terhadap 30 bayi didapatkan hasil sebagai berikut :

### 1. Karakteristik Bayi Berdasarkan Berat Badan

Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo berdasarkan berat badan :

**Tabel 1 : Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo Berdasarkan Berat Badan bulan Juni 2013**

Berat Badan	Frekuensi	Presentase
< 2500 kg	4	13,3
2600 – 3000 kg	14	46,7
3100 – 3500 kg	9	30,0
3600 – 4000 kg	2	6,7
≥ 4000 kg	1	3,3
Total	30	100,0

Karakteristik bayi berdasarkan berat badan menunjukkan bahwa dari 30 bayi yang terbanyak dengan berat badan antara 2600 – 3000 kg sejumlah 14 bayi (46,7%).

### 2. Karakteristik Bayi Berdasarkan Panjang Badan

Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo berdasarkan panjang badan :

**Tabel 2 : Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo Berdasarkan Panjang Badan pada Bulan Juni 2013**

Panjang Badan	Frekuensi	Presentase
< 45 cm	1	3,3
46 - 52 cm	20	66,7
> 52 cm	9	30,0
Total	30	100,0

Karakteristik bayi berdasarkan panjang badan menunjukkan bahwa dari 30 bayi yang terbanyak dengan panjang badan antara 48 – 52 cm sejumlah 20 bayi (66,7%).

### 3. Karakteristik Bayi Berdasarkan Lingkar Dada

Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo berdasarkan lingkar dada :

**Tabel 3 : Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo berdasarkan lingkar dada pada Bulan Juni 2013**

Lingkar dada	Frekuensi	Presentase
< 30 cm	4	13,3
31 – 38 cm	26	86,7
> 38 cm	0	00,0
Total	30	100,0

Karakteristik bayi berdasarkan lingkar dada menunjukkan bahwa dari 30 bayi yang terbanyak dengan lingkar dada antara 31 - 38 cm sejumlah 26 bayi (86,7%).

### 4. Karakteristik Bayi Berdasarkan Lingkar Kepala

Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo berdasarkan lingkar kepala :

**Tabel 4: Karakteristik Bayi di RSIA Kirana Sidoarjo berdasarkan lingkar kepala pada Bulan Juni 2013**

Lingkar Kepala	Frekuensi	Presentase
< 33 cm	10	33,3
33 – 35 cm	17	56,7
> 35 cm	3	10,0
Total	30	100,0

Karakteristik bayi berdasarkan lingkar kepala menunjukkan bahwa dari 30 bayi yang terbanyak dengan lingkar kepala antara 33 - 35 cm sejumlah 27 bayi (56,7%)

#### Data Khusus

#### 1. Identifikasi Pelaksanaan Pijat Bayi Pada Bayi Usia 1-3 Hari Di RSIA Kirana Sidoarjo

Identifikasi pelaksanaan pijat bayi pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo :

**Tabel 1 : Identifikasi Pelaksanaan Pijat Bayi Pada Bayi Usia 1-3 Hari di RSIA Kirana Sidoarjo pada Bulan Juni 2013**

Pijat Bayi	Frekuensi	Presentase
Tidak lengkap	4	13,3
Kurang lengkap	1	3,3
Cukup lengkap	4	13,3
Lengkap	21	70,0
Total	30	100,0

Keterangan :

- Lengkap = 100 %
- Cukup lengkap = 75 %
- Kurang lengkap = 50 %
- Tidak lengkap = 25 %

Identifikasi pelaksanaan pijat bayi pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo bahwa dari 30 bayi terbanyak diberikan pijat secara lengkap sejumlah 21 bayi (70%).

#### 2. Identifikasi Pola Tidur Bayi Pada Bayi Usia 1-3 Hari Di RSIA Kirana Sidoarjo

Identifikasi pola tidur bayi pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo :

**Tabel 2 :Identifikasi Pola Tidur Bayi Pada Bayi Usia 1-3 Hari di RSIA Kirana Sidoarjo pada Bulan Juni 2013**

Pola Tidur bayi	Frekuensi	Presentase
Terganggu	8	26,7
Tidak	22	73,3

Terganggu		
Total	30	100,0

Keterangan :

- Terganggu (jika tidur 6 jam setelah dipijat, bayi bangun > 4 kali)
- Tidak Terganggu (jika tidur 6 jam setelah dipijat, bayi bangun < 4 kali)

Identifikasi pola tidur pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo setelah diberikan pijat bayi bahwa dari 30 bayi terbanyak dengan pola tidur tidak terganggu sejumlah 22 bayi (73,3%).

#### Hasil Analisis Data

Dalam analisa data ini akan disajikan hasil analisis tentang pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo.

#### 1. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pola Tidur Bayi Usia 1-3 Hari

Pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo ditunjukkan dalam tabel tabulasi silang sebagai berikut :

**Tabel 1 :Tabulasi Silang Pengaruh Antara Pijat Bayi terhadap Pola Tidur bayi Usia 1 – 3 hari.**

Pijat Bayi	Pola Tidur					
	Terganggu		Tidak Terganggu		Total	
	f	%	f	%	f	%
Tidak Lengkap	4	13,3	0	0,0	4	13,3
Kurang Lengkap	1	3,3	0	0,0	1	3,3
Cukup Lengkap	2	6,7	2	6,7	4	13,3
Lengkap	1	3,3	20	66,7	21	70,0
Total	8	26,7	22	73,3	30	100,0

Berdasarkan pada tabulasi silang tersebut menunjukkan bahwa bayi dengan tidak diberikan pemijatan yang tidak lengkap maka terbanyak pola tidurnya dalam kondisi terganggu yaitu sejumlah 4 bayi (13,3%) dan pada bayi yang diberikan pemijatan secara lengkap terbanyak pola tidurnya tidak terganggu yaitu sejumlah 20 bayi (66,7%).

#### Hasil Analisis Chi-Square

Untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo dilakukan dengan chi-square, dan melalui analisis data

tersebut diperoleh nilai berdasarkan hasil analisis software SPSS sebagai berikut :

**Tabel : Hasil Analisis Chi-Square**

Chi-Square Tests			
	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	20.016 <sup>a</sup>	3	.000
Likelihood Ratio	21.209	3	.000
Linear-by-Linear Association	18.677	1	.000
N of Valid Cases	30		

a. 6 cells (75.0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is .27.

- Nilai  $\chi^2$  hitung sebesar 20,016 dengan sig. sebesar 0,000
- Dan nilai  $\chi^2$  tabel (df = 3) sebesar 7,81 pada  $\alpha = 5\%$ .

Berdasarkan pengujian dengan chi-square bahwa  $\chi^2$  hitung  $> \chi^2$  tabel ( 20,016  $>$  7,81), sehingga hasil analisis signifikan.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan data yang diperoleh bahwa pelaksanaan pijat bayi pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo bahwa dari 30 bayi terbanyak diberikan pijat secara lengkap sejumlah 21 bayi (70%).

Umumnya bayi yang mendapat pijatan secara teratur lebih rileks dan tenang. Dengan sirkulasi darah dan oksigen yang lancar otomatis membuat imunitas tubuh bayi lebih baik. Bukan hanya secara fisik, pijat juga sangat mempengaruhi emosional, Karena aktivitas pijat akan menjalin bonding antara anak dan orang tua. Unsur utama pijat bayi adalah sentuhan (*touch*), bukan tekanan (*Pressure*). Oleh sebab itu selain oleh terapis spesialis, pijat bayi sangat baik dilakukan oleh ibu atau ayah. Pola tidur bayi di RSIA Kirana sidoarjo yang sudah diberikan pijat bayi terbanyak tidak mengalami gangguan hampir mencapai 73,3 %, kondisi pemijatan membuat bayi menjadi nyaman dan mengantuk karena

stimulasi yang diberikan pada otot-otot bayi memberikan relaksasi yang baik pada tubuh bayi sehingga tidak menjadi rewel dan cenderung lebih pulas dalam tidurnya.

Berdasarkan pengujian dengan chi-square bahwa  $\chi^2$  hitung  $> \chi^2$  tabel ( 20,016  $>$  7,81), sehingga hasil analisis signifikan. Berdasarkan hasil maka ada pengaruh pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo. Dari teori dan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang saling mempengaruhi antara pijat bayi terhadap pola tidur bayi pada bayi usia 1 – 3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo.

## SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa

- a. Identifikasi pelaksanaan pijat bayi pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana sidoarjo paling banyak dalam kategori lengkap mencapai 70 %.
- b. Identifikasi pola tidur bayi pada bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana sidoarjo paling banyak dalam kategori tidak terganggu mencapai 73,3 %.
- c. Ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi terhadap pola tidur bayi usia 1-3 hari di RSIA Kirana Sidoarjo.

Berdasarkan kesimpulan di atas maka dapat disarankan sebagai berikut :

- i. Bagi Peneliti
  - Pemberian perlakuan pemijatan hendaknya dilakukan oleh peneliti sendiri agar pemijatan yang dilakukan dapat sama antara bayi yang satu dengan yang lainnya.
- ii. Bagi Rumah sakit
  - Petugaskesehatan perlu mengembangkan upaya lain yang dapat dilakukan untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas tidur bayi.
- iii. Bagi Orang Tua
  - Mencari pengetahuan dan tatacara pemijatan yang baik dan benar terutama bagi orang tua yang mempunyai bayi usia 1-3 hari melalui berbagai informasi seperti; penyuluhan, demonstrasi dan pemberian leaflet yang dapat dilakukan oleh petugas kesehatan.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Alimun Hidayat. Aziz. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Aminati, Dini. 2013. *Pijat dan Senam untuk Bayi & Balita*. Yogyakarta : Brilliant Books
- Arifin. 2011. *Penelitian Pendidikan Metode dan Paradigma Baru*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Hamasah, Putri. *Kisah-Kisah Inspiratif untuk Calon Ibu*. Yogyakarta : Jogja Great
- Indah, Nurul. 2010. *Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Prematur di Ruang Perinatologi RSUD Dr Pirngadi Medan*. Karya Tulis Ilmiah. USU
- Notoatmodjo Soekidjo. 2003. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Notoatmodjo Soekidjo. 2005. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta
- Nursalam, 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian IlmuKeperawatan*. Jakarta : Salemba Medika
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Keperawatan*. Jakarta : Info Media
- Potter & Perry. 2006. *Fundamental Keperawatan*. Volume 2. Jakarta : EGC
- Putri, Alisa. 2010. *Pijat dan Senam untuk Bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita*. Yogyakarta : Brilliant Offset
- Riksani. 2012. *Keajaiban ASI*. Jakarta : Duma Sehat
- Roesli. 2010. *Pedoman Pijat Bayi Prematur & Bayi Usia 0-3 Bulan*. Jakarta : Trubus Agriwidya
- Santoso. 2005. *Menguasai Statistik di Era Informasi dengan SPSS 12*. Jakarta : PT. Alex Media Komputindo
- Srikandi, Fardiaz. 2007. *Bahan Tambahan Makanan*. Bandung : Institut Pertanian Bogor
- Suryabrata. 2003. *Metodologi Penelitian*. Jakarta : PT. Raja Grafindo
- Suwardini, Felicia. 2013. *Jurus Sakti Menguasai Pijat Bayi*. Jakarta : Gramedia
- Walker, Peter. 2010. *Paduan Lengkap Pijat Bayi*. Jakarta : Puspa Swara