

SKRIPSI

**PENGARUH *PIJAT BAYI* TERHADAP PERUBAHAN BERAT
BADAN PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS III DENPASAR UTARA**



Oleh :

NI KADEK DIAN PRAMUDITA MAHESWARI

NIM. P07120221063

**POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2025**

SKRIPSI
PENGARUH *PIJAT BAYI* TERHADAP PERUBAHAN BERAT
BADAN PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA
UPTD PUSKESMAS III DENPASAR UTARA

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Keperawatan
Jurusan Keperawatan

Oleh :

NI KADEK DIAN PRAMUDITA MAHESWARI

NIM. P07120221063

POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM SARJANA TERAPAN KEPERAWATAN
DENPASAR
2025

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI
PENGARUH *PIJAT BAYI* TERHADAP PERUBAHAN BERAT
BADAN PADA BAYI USIA 0-6 BULAN**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Iii Denpasar
Utara**

Diajukan Oleh :

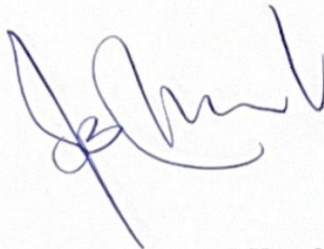
NI KADEK DIAN PRAMUDITA MAHESWARI

P07120221063

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :

Pembimbing Pendamping :



I Ketut Labir, SST,S.Kep.,Ns.,M.kes
NIP. 196312251988021001

NLK.Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.An.
NIP. 197406221998032001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep.,Ners.,M.Kep.

NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI
PENGARUH *PIJAT BAYI* TERHADAP PERUBAHAN BERAT
BADAN PADA BAYI USIA 0-6 BULAN**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Iii Denpasar
Utara**

Diajukan Oleh :

NI KADEK DIAN PRAMUDITA MAHESWARI

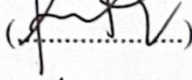
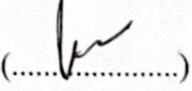
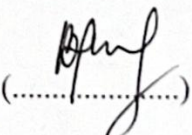
P07120221063

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SELASA

TANGGAL : 27 MEI 2025

TIM PENGUJI :

- | | | |
|---|-----------|---|
| 1. <u>N.L.P Yunianti Suntari Cakera,S.Kep.,Ns.,M.Pd.</u> NIP. 196906211994032002 | (Ketua) |  |
| 2. <u>Dr. Nyoman Ribek, S.Pd.,S.Kep.,Ners.,M.Pd.</u> NIP. 196106061988031002 | (Anggota) |  |
| 3. <u>Ida Erni Sipahutar.,S.Kep.,Ners.,M.Kep.</u> NIP. 196712261990032002 | (Anggota) |  |

**MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR**


I Made Sukarja.,S.Kep.,Ners.,M.Kep.

NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Kadek Dian Pramudita Maheswari
NIM : P07120221063
Program Studi : Sarjana Terapan /STr
Jurusan : Keperawatan
Tahun Akademik : 2024/2025
Alamat : Jln. Raya Pemogan Gang Angrek V No. 3, Denpasar
Selatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi Pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas III Denpasar Utara" adalah benar karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Skripsi ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 20 Mei 2025

Yang membuat pernyataan




Ni Kadek Dian Pramudita Maheswari

NIM. P07120221063

**THE EFFECT OF INFANT MASSAGE ON WEIGHT CHANGES IN
INFANTS AGED 0-6 MONTHS AT UPTD PUSKESMAS III NORTH
DENPASAR**

ABSTRAC

The growth of infants aged 0-6 months is strongly influenced by nutritional status, one of which is indicated by body weight. Baby massage is a non-pharmacological intervention believed to increase body weight through vagus nerve stimulation, which affects nutrient absorption. This study aimed to determine the effect of baby massage on the weight changes of infants aged 0-6 months. A pre-experimental design with a one-group pretest-posttest approach was used. The sample consisted of 37 infants selected by purposive sampling. The massage intervention was carried out twice a week for 15 minutes per session. The results were analyzed using a Paired Sample T-Test and showed a significant difference in body weight before and after the intervention, with a p-value of 0,002 ($p < 0,05$). It was concluded that baby massage has a significant effect on weight gain in infants aged 0-6 months. This study may serve as a foundation for developing community nursing interventions to support infant growth and development.

Keywords: infant massage; body weight; wasting

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PERUBAHAN BERAT BADAN
PADA BAYI USIA 0-6 BULAN DI WILAYAH KERJA UPTD PUSKESMAS
III DENPASAR UTARA**

ABSTRAK

Pertumbuhan bayi usia 0-6 bulan sangat dipengaruhi oleh status gizi, yang salah satunya ditunjukkan melalui parameter berat badan. Pijat bayi merupakan intervensi non-farmakologis yang diyakini mampu meningkatkan berat badan melalui stimulasi saraf vagus, yang berperan dalam proses penyerapan nutrisi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan pada bayi usia 0-6 bulan. Desain penelitian yang digunakan adalah pra-eksperimental dengan metode *One Group Pretest-Posttest*. Sampel terdiri dari 37 bayi yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Intervensi pijat dilakukan sebanyak dua kali dalam seminggu dengan durasi 15 menit setiap sesi. Analisis data menggunakan uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara berat badan sebelum dan sesudah intervensi, dengan nilai $p = 0,002$ ($p < 0,05$). Berdasarkan hasil tersebut, dapat disimpulkan bahwa pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan berat badan pada bayi usia 0-6 bulan. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan dalam pengembangan intervensi keperawatan komunitas guna mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal.

Kata kunci: pijat bayi; berat badan; wasting

RINGKASAN PENELITIAN

Masa usia 0-6 bulan merupakan periode emas dalam pertumbuhan bayi, di mana nutrisi dan stimulasi yang tepat sangat berperan dalam perkembangan fisik dan kognitif anak. Berat badan menjadi salah satu indikator utama dalam menilai status gizi dan kesehatan bayi. Gizi buruk menjadi penyebab 54% kematian balita di negara berkembang, termasuk Indonesia. Di Kota Denpasar sendiri, prevalensi balita dengan berat badan kurang dan wasting mengalami fluktuasi dalam tiga tahun terakhir, menunjukkan adanya masalah gizi yang masih belum tertangani optimal.

Pijat bayi dikenal sebagai salah satu bentuk intervensi non-farmakologis yang aman dan telah lama digunakan secara tradisional. Mekanisme pijat bayi melibatkan stimulasi saraf vagus yang dapat meningkatkan aktivitas enzim pencernaan dan mempercepat pengosongan lambung, sehingga berdampak pada peningkatan frekuensi menyusu dan penyerapan nutrisi. Dengan demikian, pemberian pijat bayi secara rutin diyakini mampu mendukung peningkatan berat badan bayi secara signifikan. Meskipun telah banyak program kesehatan masyarakat dijalankan, rendahnya partisipasi ibu dalam kegiatan edukasi kesehatan menjadi tantangan tersendiri. Oleh karena itu, intervensi sederhana dan aplikatif seperti pijat bayi dapat dijadikan alternatif tambahan untuk mendukung tumbuh kembang anak secara menyeluruh.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pemberian pijat bayi terhadap perubahan berat badan pada bayi usia 0-6 bulan, dengan tujuan khusus untuk mengidentifikasi berat badan bayi sebelum diberikan intervensi pijat bayi, mengidentifikasi berat badan bayi setelah dilakukan pijat bayi, serta menganalisis perbedaan perubahan berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.

Penelitian ini menggunakan desain pra-eksperimental dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Lokasi penelitian berada di Desa Dauh Puri Kaja, wilayah kerja UPTD Puskesmas III Denpasar Utara, yang dilaksanakan selama satu bulan dari 20 Maret hingga 20 April 2025. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi usia 0-6 bulan di wilayah tersebut sebanyak 41 orang. Dengan menggunakan rumus Slovin, didapatkan sampel sebanyak 37 bayi yang dipilih berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi tertentu melalui teknik purposive

sampling. Setiap bayi mendapatkan intervensi pijat bayi sebanyak dua kali seminggu selama 15 menit per sesi. Berat badan diukur menggunakan timbangan digital sebelum (pretest) dan sesudah (posttest) intervensi pijat bayi. Instrumen penelitian meliputi Standar Prosedur Operasional (SPO) pijat bayi dan timbangan digital.

Data dianalisis menggunakan uji normalitas *Kolmogorov-Smirnov* dan uji *Paired Sample T-Test* untuk melihat perbedaan berat badan sebelum dan sesudah intervensi, dengan tingkat signifikansi $p < 0,05$. Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan secara statistik antara berat badan bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi. Rata-rata berat badan bayi mengalami peningkatan setelah diberikan intervensi pijat.

Hasil uji *Paired Sample T-Test* menunjukkan nilai $p = 0,002$ yang berarti pijat bayi berpengaruh signifikan terhadap perubahan berat badan (karena $p < 0,05$). Temuan ini sejalan dengan beberapa penelitian sebelumnya, yang menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan produksi hormon insulin dan gastrin yang membantu proses penyerapan nutrisi serta meningkatkan frekuensi menyusu. Efek relaksasi dan peningkatan nafsu makan setelah pemijatan juga turut mendukung peningkatan berat badan bayi secara alami.

Dari hasil uji statistik yang dilakukan dapat disimpulkan bahwa pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0-6 bulan. Intervensi ini dapat dijadikan salah satu bentuk stimulasi yang efektif, murah, aman, dan mudah dilakukan oleh orang tua untuk mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal, khususnya dalam aspek status gizi.

Saran dari penelitian ini ditujukan kepada beberapa pihak, antara lain: untuk UPTD Puskesmas III Denpasar Utara saran yang dapat diberikan adalah agar UPTD Puskesmas III Denpasar Utara mempertimbangkan pengintegrasian edukasi mengenai manfaat pijat bayi ke dalam program penyuluhan kesehatan anak, khususnya saat kegiatan posyandu, serta memberikan pelatihan pijat bayi sederhana kepada ibu atau pengasuh sebagai intervensi non-medis yang murah, aman, dan efektif untuk mendukung peningkatan berat badan bayi.

Bagi orang tua, diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk rutin melakukan pijat bayi sesuai standar prosedur sebagai bagian dari stimulasi harian anak. Sementara itu, bagi peneliti selanjutnya, penelitian ini dapat dijadikan referensi awal untuk kajian lebih lanjut, dengan menyarankan perluasan jumlah sampel dan mempertimbangkan variabel lain seperti pola makan, kualitas tidur, dan aktivitas menyusui yang dapat memengaruhi berat badan bayi secara lebih kompleks.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga skripsi yang berjudul “Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perubahan Berat Badan pada Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Krja UPTD Puskesmas III Denpasar Utara” ini dapat disusun dengan baik. Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat dalam menyelesaikan mata kuliah Skripsi pada Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Dr. Sri Rahayu, S.Kp.,Ns., S.Tr.Keb.,M.Kes. sebagai Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk melakukan penelitian.
2. Bapak I Made Sukarja. S.Kep.,Ners.,M.Kep. selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar yang telah memberikan kesempatan kepada mahasiswa untuk melakukan usulan penelitian.
3. Ibu Nengah Runiari, S.Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp.Mat. selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Denpasar.
4. Bapak I Ketut Suardana, S.Kp.,M.Kes selaku Penanggung Jawab Mata Kuliah Skripsi.
5. Bapak I Ketut Labir, SST,S.Kep.,Ns.,M.Kes selaku pembimbing utama yang telah banyak membantu serta memberikan masukan dan saran selama bimbingan kepada penulis.

6. Ibu NLK. Sulisnadewi, M.Kep.,Ns.Sp.Kep.An. selaku pembimbing pendamping yang telah banyak membantu dan memberikan bimbingan, arahan, serta masukan kepada peneliti.
7. Seluruh dosen dan staf Poltekkes Kemenkes Denpasar yang selalu membimbing serta membantu saya selama menjalankan perkuliahan hingga penyusunan tugas akhir ini.
8. Ibu Ni Nyoman Karisetiawati selaku ibu dari peneliti yang selalu memberikan doa, dukungan, kasih sayang dan dukungan finansial selama proses penyusunan skripsi ini.
9. Alm. I Wayan Gatra Pande dan Ni Wayan Badra selaku kakek dan nenek dari peneliti yang sudah merawat dan memberikan kasih sayang tiada henti bagi peneliti.
10. Sahabat dan rekan-rekan saya yang selalu memberikan semangat serta dukungan tiada henti selama proses penyusunan skripsi ini.
11. Seluruh pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu per satu, yang telah banyak membantu hingga terselesaikannya skripsi ini.

Peneliti menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, peneliti sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan skripsi ini. Semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat, baik bagi perkembangan ilmu pengetahuan maupun bagi praktik kesehatan bayi di masyarakat.

Denpasar, 28 April 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

| | |
|---|------|
| HALAMAN SAMBUNG | i |
| HALAMAN JUDUL..... | ii |
| LEMBAR PERSETUJUAN..... | iii |
| LEMBAR PENGESAHAN | iv |
| SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIASI | v |
| <i>ABSTRAC</i> | vi |
| ABSTRAK | vii |
| RINGKASAN PENELITIAN | viii |
| KATA PENGANTAR..... | xi |
| DAFTAR ISI | xiii |
| DAFTAR TABEL..... | xv |
| DAFTAR GAMBAR | xvi |
| BAB I..... | 1 |
| PENDAHULUAN | 1 |
| A. Latar Belakang Masalah..... | 1 |
| B. Rumusan Masalah Penelitian | 6 |
| C. Tujuan Penelitian..... | 6 |
| D. Manfaat Penelitian | 6 |
| BAB II..... | 8 |
| TINJAUAN PUSTAKA | 8 |
| A. Konsep Dasar Pijat Bayi | 8 |
| B. Konsep Dasar Bayi..... | 28 |
| C. Berat Badan Bayi | 30 |
| D. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi..... | 31 |
| BAB III | 34 |
| KERANGKA KONSEP | 34 |
| A. Kerangka Konsep | 34 |
| B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel | 36 |
| C. Hipotesis..... | 37 |
| BAB IV | 39 |
| METODE PENELITIAN | 39 |
| A. Jenis dan Design Penelitian..... | 39 |

| | | |
|--------------------------------------|---|----|
| B. | Alur Penelitian | 40 |
| C. | Tempat dan Waktu Penelitian..... | 41 |
| D. | Populasi dan Sampel | 41 |
| E. | Jenis dan Teknik Pengumpulan Data | 43 |
| F. | Pengolahan dan Analisis Data..... | 47 |
| G. | Etika Penelitian | 48 |
| BAB V..... | | 51 |
| HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN..... | | 51 |
| A. | Hasil | 51 |
| B. | Pembahasan..... | 57 |
| C. | Kelemahan Penelitian..... | 63 |
| BAB VI | | 65 |
| SIMPULAN DAN SARAN | | 65 |
| A. | Simpulan | 65 |
| B. | Saran..... | 66 |
| DAFTAR PUSTAKA | | 68 |
| LAMPIRAN | | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|-----------|
| Tabel 3. 1 Variabel dan Definisi Operasional Variabel..... | 37 |
| Tabel 4. 1 Design Penelitian..... | 39 |
| Tabel 5. 1..... | 52 |
| Tabel 5. 2..... | 53 |
| Tabel 5. 3..... | 54 |
| Tabel 5. 4..... | 55 |
| Tabel 5. 5..... | 56 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|--|----|
| Gambar 2. 1 Gerakan milking india..... | 13 |
| Gambar 2. 3 Gerakan milking swedia..... | 14 |
| Gambar 2. 4 Gerakan squeezing | 14 |
| Gambar 2. 5 Gerakan thumb after thumb | 15 |
| Gambar 2. 6 Gerakan butterfly | 15 |
| Gambar 2. 7 Gerakan cross | 16 |
| Gambar 2. 8 Gerakan mengayuh..... | 16 |
| Gambar 2. 9 Gerakan bulan matahari | 17 |
| Gambar 2. 10 Gerakan i love you | 18 |
| Gambar 2. 11 Gerakan walking..... | 18 |
| Gambar 2. 12 milking india | 19 |
| Gambar 2. 13 Gerakan milking swedia..... | 19 |
| Gambar 2. 14 Gerakan rolling..... | 20 |
| Gambar 2. 15 Gerakan squeezing | 20 |
| Gambar 2. 16 Gerakan thumb after thumb | 21 |
| Gambar 2. 17 Gerakan spiral | 21 |
| Gambar 2. 18 Gerakan finger shake..... | 22 |
| Gambar 2. 19 Gerakan spiral | 22 |
| Gambar 2. 20 Gerakan care love..... | 23 |
| Gambar 2. 21 Gerakan relax | 23 |
| Gambar 2. 22 Gerakan circle down..... | 23 |
| Gambar 2. 23 Gerakan smile..... | 24 |
| Gambar 2. 24 Gerakan cute..... | 24 |
| Gambar 2. 25 Gerakan pijat kepala..... | 25 |

Gambar 2. 26 Gerakan pijat leher 25

Gambar 3. 1 Kerangka Konsep Gambaran Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan. 34

Gambar 4. 1 Alur Penelitian Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. 40

DAFTAR LAMPIRAN

| | |
|--|-----|
| Lampiran 1 Surat-Surat..... | 71 |
| Lampiran 2 Jadwal Kegiatan Penelitian Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas III Denpasar Utara | 76 |
| Lampiran 3 Realisasi anggaran biaya penelitian Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas III Denpasar Utara | 77 |
| Lampiran 4 Instrumen Pengumpulan Data | 78 |
| Lampiran 5 Master Tabel..... | 80 |
| Lampiran 6 Surat Permohonan Menjadi Responden..... | 82 |
| Lampiran 7 Lembar Persetujuan Setelah Penjelasan | 83 |
| Lampiran 8 Standar Prosedur Operasional (Spo) Pijat Bayi..... | 87 |
| Lampiran 9 Standar Prosedur Operasional (Spo) Menimbang Bayi..... | 92 |
| Lampiran 10 Data Hail Uji Statistik | 94 |
| Lampiran 11 Dokumentasi Penelitian | 101 |
| Lampiran 12 Bukti Penyelesaian Administrasi..... | 102 |
| Lampiran 13 Bukti Validasi Bimbingan Skripsi | 103 |
| Lampiran 14 Hail Cek Turnitin | 105 |