

Efektifitas Pijat Bayi Dalam Mengurangi Frekuensi Diare Pada Bayi Usia 6 – 24 Bulan

Berliana Irianti¹, Nur Israyati²

¹ Universitas Hang Tuah Pekanbaru,
berlianairianti@gmail.com, 08127693469

Abstrak

Diare masih menjadi masalah kesehatan dunia terutama di negara berkembang, diare penyebab nomor satu kematian balita di seluruh dunia setiap tahunnya. Trend Evidence Based Practise (EBP) merupakan alternatif dan metode baru dalam pemberian asuhan. Pijat diare merupakan sentuhan pada tubuh bayi yang diberikan untuk mengatasi diare dan menurunkan frekuensi buang air besar, karena pijat dapat memperbaiki saraf nervus dan proses absorpsi makanan. Jenis penelitian yang dilakukan adalah Quasi experimental dengan metode one group pretest posttest. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik non random secara Purposive sampling. Analisa data yang digunakan univariat dan bivariat dengan menggunakan SPSS. Uji statistic penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon. Pijat bayi efektif dalam menurunkan frekuensi diare pada balita. Ini terlihat pada nilai rerata sebelum dilakukan pijat adalah 6,32 dan setelah dilakukan pijat terjadi penurunan frekuensi diare yaitu dengan rerata 2,64. Perlu adanya pelatihan keterampilan pada tenaga Kesehatan dalam penatalaksanaan diare secara cepat dan tepat guna dalam mengurangi angka mortalitas dan morbiditas yang disebabkan penyakit diare dan menggunakan terapi komplementer seperti pijat bayi sebagai alternatif penatalaksanaan diare.

Kata kunci: Diare, Pijat, Balita

Abstract

Diarrhea is still a world health problem, especially in developing countries, diarrhea is the number one cause of death among toddlers throughout the world every year. Trend Evidence Based Practice (EBP) is an alternative and new method for providing care. Diarrhea massage is a touch to the baby's body that is given to treat diarrhea and reduce the frequency of defecation, because massage can improve nerves and the process of absorbing food. The type of research carried out was Quasi experimental with the one group pretest posttest method. Sampling in this study used a non-random sampling technique and purposive sampling. Data analysis used univariate and bivariate using SPSS. The statistical test for this research uses the Wilcoxon test. Baby massage is effective in reducing the frequency of diarrhea in toddlers. This can be seen in the mean value before the massage was 6.32 and after the massage there was a decrease in the frequency of diarrhea, namely with a mean of 2.64. There is a need for skills training for health workers in managing diarrhea quickly and effectively in reducing mortality and morbidity rates caused by diarrheal diseases and using complementary therapies such as baby massage as an alternative management of diarrhea.

Keywords: Diarrhea, Massage, Toddlers

1. PENDAHULUAN

Diare adalah masalah kesehatan anak, terutama di negara-negara berkembang. Sebagaimana dilaporkan oleh *Center for*

Disease Control and Prevention (CDC), diare menyebabkan 1 dari 9 kematian di seluruh dunia. Diare juga merupakan penyakit kedua yang paling sering menyebabkan kematian anak di bawah usia lima tahun setelah

pneumonia (Rifai et al., 2016). Data *World Health Organization (WHO)*, Diare masih merupakan masalah medis global, terutama di negara berkembang. Sekitar 1,5 juta balita meninggal setiap tahun karena diare, penyebab nomor satu kematian balita di seluruh dunia. Meskipun program rehidrasi dan terapi cairan dapat mengurangi mortalitas diare, tingkat kesakitannya tetap tinggi. Dalam dua puluh tahun terakhir, jumlah kejadian diare pada anak balita diperkirakan mencapai 2,5 miliar setiap tahun. Anak-anak adalah kelompok usia yang paling rentan terhadap diare. Kejadian diare tertinggi terjadi pada anak di bawah dua tahun dan menurun seiring bertambahnya usia (Wijayaningsih, 2014).

Diare merupakan penyakit endemis potensial Kejadian Luar Biasa (KLB) yang sering menyebabkan kematian di Indonesia. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2019 menunjukkan jumlah penderita diare di Indonesia sebanyak 2.549 orang dan *angka Case Fatality Rate (CFR)* sebesar 1.14%. Menurut karakteristik umur, kejadian diare tertinggi di Indonesia terjadi pada balita (7,0%). Proporsi terbesar penderita diare pada balita berada pada kelompok umur 6-11 bulan yaitu sebesar (21,65%) kemudian kelompok umur 12-17 bulan sebesar (14,43%), kelompok umur 24-29 bulan sebesar (12,37%). Kejadian diare pada bayi di Provinsi Riau, berdasarkan diagnosis tenaga Kesehatan, Kelompok umur dengan prevalensi diare tertinggi yaitu pada kelompok umur 1-4 tahun sebesar 11,5% dan pada bayi sebesar 9% (Dinas Kesehatan Provinsi Riau, 2021) (Apriani et al., 2022)

Diare didefinisikan sebagai buang air besar (BAB) dengan konsistensi feces lebih cair dengan frekuensi lebih dari 3 kali sehari, konsistensi feces encer, warna feces hijau atau lendir dan darah dalam feces. Karena gangguan dalam absorpsi dan eksresi cairan dan elektrolit yang berlebihan selama diare, usus menjadi lebih aktif dan mengalami pengosongan yang lebih cepat. Disebabkan perpindahan cairan, sodium, potasium, dan bikarbonat dari rongga ekstraseluler ke dalam tinja, dehidrasi menyebabkan kekurangan elektrolit (Suriadi, 2010 dalam (Hapsari et al., 2017). Kecuali pada neonatus (bayi dibawah 1 bulan) yang mendapatkan ASI biasanya buang air besar dengan frekuensi lebih sering

(5-6 kali sehari) dengan konsistensi baik dianggap normal Diare, yang dapat berlangsung selama beberapa hari, menyebabkan kehilangan air dan garam penting untuk kehidupan. Saat ini, penyebab tambahan seperti infeksi bakteri septik dapat meningkatkan angka kematian akibat diare (Kemenkes RI, 2018).

Trend *Evidence Based Practice (EBP)* merupakan alternatif dan metode baru dalam pemberian asuhan. Salah satu EBP dalam asuhan yang sedang berkembang, yaitu terapi komplementer, terapi yang menggunakan pendekatan konvensional-medis. Beberapa dari terapi komplementer telah dilakukan dalam intervensi asuhan. Dalam *The National Intervention Classification (NIC)* intervensi asuhan yang terkait dengan terapi komplementer, salah satunya terapi pijat ((Perdani & Setiyani, 2021). Terapi pijat adalah melakukan tekanan pada reseptor saraf di kulit akan menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler sehingga menghambat penyempitan, melemaskan tegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan Gerakan usus di saluran cerna, sehingga mempengaruhi penurunan BAB pada anak. Pijat diare adalah terapi sentuh yang digunakan untuk mengatasi masalah diare dan menurunkan frekuensi buang air besar, karena pijat bayi dapat memperbaiki sistem saraf dan dapat memperbaiki proses absorpsi makanan (Faishara et al., 2023).

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilakukan adalah Quasi experimental dengan metode *One Group Pretest Posttest*. Penelitian dilaksanakan di Praktek Mandiri Bidan (PMB) Kota Pekanbaru pada bulan Oktober – Desember Tahun 2023. Sampel yang digunakan adalah bayi yang mengalami diare sebanyak 25 orang. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik non random sampling secara *Purposive sampling*. Analisa data yang digunakan univariat dan bivariat dengan menggunakan SPSS. Uji statistic penelitian ini menggunakan uji Wilcoxon.

3. HASIL

Analisis Univariat

Tabel 1. Frekuensi Diare Balita Sebelum Pijat

No	Frekuensi Diare	f	%
1.	Sering (>5x sehari)	17	68
2.	Jarang (3-5 x sehari)	8	32
3.	Normal	0	0
Jumlah		25	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pijat diare, 17 balita (68%) mengalami diare lebih dari 5 kali sehari, dan responden balita yang mengalami diare 3 - 5 kali sehari sebanyak 8 orang (32%).

Tabel 2. Frekuensi Diare Balita Sesudah Pijat

No	Frekuensi Diare	f	%
1.	Sering (>5x sehari)	0	0
2.	Jarang (3-5 x sehari)	11	44
3.	Normal	14	56
Jumlah		25	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa setelah dilakukan pijat diare, 11 balita (44%) mengalami diare lebih dari 5 kali sehari, dan responden balita yang mengalami diare 3 - 5 kali sehari sebanyak 14 orang (56%)

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hasil Uji Paired T test Sebelum dan Sesudah dilakukan Pijat

Frekuensi Diare	Mean	SD	P-Value
Sebelum Pijat	6,32	1,994	0,000
Sesudah Pijat	2,64	1,469	

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan hasil uji wilcoxon pada tabel diatas dapat dilihat nilai $p\ value = 0.000$, karena nilai $p\ value < \text{nilai } \alpha = 0,05$. Dapat dikatakan bahwa Pijat bayi efektif dalam menurunkan frekuensi diare pada balita. Ini terlihat pada nilai rerata sebelum dilakukan pijat adalah 6,32 dan setelah dilakukan pijat terjadi penurunan frekuensi diare yaitu dengan rerata 2,64.

4. PEMBAHASAN

Hasil uji wilcoxon pada tabel diatas dapat dilihat nilai $p\ value = 0.000$, karena nilai $p\ value < \text{nilai } \alpha = 0,05$. Dapat dikatakan bahwa Pijat bayi efektif dalam menurunkan frekuensi diare pada balita. Ini terlihat pada nilai rerata sebelum dilakukan pijat adalah 6,32 dan setelah dilakukan pijat terjadi penurunan frekuensi diare yaitu dengan rerata 2,64.

Diare merupakan suatu kondisi buang air besar yang tidak normal yaitu lebih dari 3 kali sehari dengan konsistensi tinja encer dan dapat disertai darah atau lender sebagai akibat terjadinya proses inflamasi pada lambung atau usus sehingga tubuh kehilangan banyak cairan dan elektrolit. Penularan diare umumnya melalui 4F yaitu *Food, Fly, Feces* dan *Finger* yaitu Makanan yang tidak sehat, jari-jari tangan yang tidak bersih, banyaknya lalat dan kotoran. Untuk itu, dilakukan pencegahan dengan Siapkan makanan memadai, sehat, bergizi dan bersih, Penyediaan air minum yang bersih, Cuci tangan sebelum makan dan sebelum merawat anak/bayi, Pemberian ASI eksklusif, Buang air besar pada tempatnya (WC, toilet), Tempat buang sampah yang memadai (tertutup dan dibuang tiap hari), Berantas lalat agar tidak menghinggapi makanan, Lingkungan hidup yang sehat (Wijayaningsih, 2014).

Diare disebabkan beberapa factor antara lain Kesehatan lingkungan yang belum memadai, keadaan gizi yang belum memuaskan, makanan yang tidak sehat atau makanan diproses dengan cara tidak bersih sehingga terkontaminasi bakteri penyebab diare seperti *Salmonella, Shigella* dan *Campylobacter Jejuni* (Purwaningdyah et al., 2015). Terdapat beberapa penelitian relevan dalam penanganan diare pada bayi dan anak adalah dengan metode pijat bayi pada anak dan intervensi bahan alam seperti madu, kunyit, daun sisik naga, daun jambu biji, dan bubur tempe. Namun penelitian lanjutan diperlukan sebagai dasar *evidence based practice* dan *evidence based medicine* (Dewi et al., 2022)

Pijat adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer. Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktekkan sejak abad

keabad silam. Bahkan, diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan kedunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pengalaman pijat pertama yang dialami manusia ialah pada waktu dilahirkan, yaitu pada waktu melalui jalan lahir ibu. Menurut (Simanungkalit & Siska, 2019b) Pemijatan pada bayi akan merangsang nervus vagus, dimana saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus sehingga pengosongan lambung meningkat dengan demikian akan merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih lahap dalam jumlah yang cukup. Selain itu nervus vagus juga dapat memacu produksi enzim pencernaan sehingga penyerapan makanan maksimal. Disisi lain pijat juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, dari rangkaian tersebut berat badan bayi akan meningkat

Pijatan dapat meningkatkan aktifitas *neurotransmitter serotonin* yaitu meningkatkan kapasitas sel reseptor yang berfungsi mengikat glukokortikoid. Proses ini akan menyebabkan terjadinya penurunan kadar hormon adrenalin. Penurunan kadar hormon adrenalin akan meningkatkan daya tahan tubuh dengan kondisi daya tahan tubuh meningkat, tubuh anak mampu mengatasi keadaan infeksi dalam saluran pencernaan dan mengembalikan kemampuan absorpsi sehingga tidak ada lagi kelebihan akumulasi cairan di saluran cerna. Jika cairan di saluran cernadalam batas normal, maka tidak terjadi peningkatan motilitas usus akibatnya frekuensi buang air besar akan kembali normal dan tidak akan terjadi kondisi dehidrasi (Roesli 2008 dalam (Hapsari et al., 2017)).

Teknik pijatan berlangsung selama lima belas menit dan dilakukan dua kali sehari selama tiga hari: pagi, sore, dan malam. Teori Kesehatan Cina membuat teknik pemijatan bayi untuk mengatasi diare dengan cara berikut: Letakkan tangan di atas perut, putar berlawanan arah jarum jam, antara dua jari di bawah lutut, tekan melingkar tapi jangan terlalu kuat. Balikkan badan bayi, putar di belakang punggung, putar di area tulang ekor bayi. Gerakan menggunakan jari telunjuk dan ibu jari. Lakukan Gerakan jari telunjuk menjauhi ibu jari, penekanan pada tulang ekor dengan jari berjalan diatas

punggung (Setiawandari, 2019) (Hanafiani & Irianti, 2021)

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Simanungkalit & Siska, 2019) menemukan bahwa kelompok intervensi yang diberikan pijat bayi dan kelompok kontrol yang tidak diberikan pijat bayi memiliki perbedaan yang signifikan dalam frekuensi buang air besar (BAB), serta frekuensi buang air besar pada balita yang mengalami diare. Pada penelitian ini, uji statistik Wilcoxon digunakan, dengan tingkat signifikan p-value = 0.000 atau $\alpha < 0,000$. Pijat adalah bagian integral dari kehidupan manusia. Pijat adalah metode pengobatan luar yang sangat efektif dan dapat diandalkan untuk berbagai penyakit. Begitu juga dengan penelitian (Hapsari et al., 2017) menemukan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara frekuensi BAB bayi sebelum dan sesudah terapi pijat Hasil penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi efektif untuk mengurangi frekuensi BAB pada anak yang menderita diare. Rata-rata frekuensi BAB sebelum terapi pijat adalah 7,5, dan frekuensi BAB setelah terapi pijat adalah 3,70.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Untuk mengurangi angka kematian dan morbiditas yang disebabkan oleh penyakit diare, tenaga kesehatan harus dilatih dalam menangani diare secara cepat dan tepat. Selain itu, penting untuk menggunakan terapi alternatif seperti pijat bayi sebagai pengobatan diare.

DAFTAR PUSTAKA

- Apriani, D. G. Y., Putri, D. M. F. S., & Wideasari, N. S. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Diare Pada Balita Di Kelurahan Baler Bale Agung Kabupaten Jembrana Tahun 2021. *Journal of Health and Medical Science*, 1(3). <https://pusdikra-publishing.com/index.php/jkes/home>
- Dewi, T. P., Ifalahma, D., & Lieskusumastuti, A. D. (2022). Penanganan Diare Pada Anak Secara Alami : Literature Review. *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (SIKESNAS)*.

- Dinas Kesehatan Provinsi Riau. (2021). *Profil Kesehatan Provinsi Riau Tahun 2021*.
- Faishara, H., Puspita, N. V. I., & Oktiningrum, M. (2023). Hubungan Antara Pijat Diare dengan Intensitas Diare Pada Balita di Wilayah Puskesmas Mijen Semarang. *Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*, 1(2), 225–233. <https://doi.org/10.55606/detector.v1i2.1204>
- Hanafiani, A., & Irianti, B. (2021). Asuhan Kebidanan Pada Bayi Diare dengan Terapi Pijat Diare di PMB Hasna Dewi Kota Pekanbaru Tahun 2021. *Jurnal Kebidanan Terkini (Current Midwifery Journal)*, 1(2), 87–93. <https://doi.org/10.25311/jkt/vol1.iss2.556>
- Hapsari, M. D., Hartini, S., & Solechan, A. (2017). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Buang Air Besar (BAB) Pada Anak Usia 6-24 Bulan dengan Diare di SMC RS Telogorejo. *Jurnal Ilmu Keperawatan Dan Kebidanan (JIKK)*, III(1).
- Kemendes RI. (2018). *Laporan RISKESDAS Riau 2018*.
- Perdani, Z. P., & Setiyani, M. D. P. (2021). Terapi pijat sebagai intervensi keperawatan untuk meningkatkan kualitas tidur pada bayi dengan diagnosis medis tuberculosis. *Health Sciences and Pharmacy Journal*, ISSN(2), 44–47. <https://doi.org/10.32504/hspj.v%vi%i.458>
- Purwaningdyah, Y. G., Widyaningsih, T. D., & Wijayanti, N. (2015). *Efektifitas Ekstrak Biji Pepaya (Carica papaya L.) Sebagai Antidiare Pada Mencit yang Diinduksi Salmonella typhimurium*. 3, 1283–1293.
- Rifai, R., Wahab, A., & Suryo Prabandari, Y. (2016). Kebiasaan cuci tangan ibu dan kejadian diare anak: studi di Kutai Kartanegara. *BKM Journal of Community Medicine and Public Health*, 32(11), 409–414.
- Setiawandari. (2019). *Modul Stimulasi Pijat Bayi Balita*. Adi Buana University Press.
- Simanungkalit, H. M., & Siska. (2019a). Baby Massage terhadap Frekuensi Buang Air Besar pada Balita dengan Diare. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 5(2), 53. <https://doi.org/10.20527/jbk.v5i2.7025>
- Simanungkalit, H. M., & Siska, S. (2019b). Baby Massage terhadap Frekuensi Buang Air Besar pada Balita dengan Diare. *Jurnal Berkala Kesehatan*, 5(2), 53. <https://doi.org/10.20527/jbk.v5i2.7025>
- Wijayaningsih, K. S. (2014). *Asuhan keperawatan anak*. Trans Info Media.