

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Bayi adalah fase pertama kehidupan manusia, yang berlangsung dari kelahiran hingga satu tahun. Periode penting ini adalah ketika pertumbuhan fisik, perkembangan kognitif, dan pembentukan hubungan emosional terjadi dengan sangat cepat Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2022). Perkembangan fisik dan mental anak berhubungan langsung dengan kenaikan berat badan yang ideal (Khan et al., 2022). Intervensi yang mendukung perkembangan bayi sangat penting untuk mencapai kenaikan berat badan yang sehat. Banyak bayi di Indonesia mengalami kesulitan dalam mencapai kenaikan berat badan yang sehat. Data terbaru menunjukkan bahwa hampir 15% bayi di seluruh dunia mengalami penurunan pertumbuhan pada tahun pertama kehidupan mereka (Smith & Lee, 2021).

Underweight adalah kondisi di mana berat badan seorang anak terlalu rendah untuk usianya dan dapat dianggap sebagai petunjuk kekurangan gizi jika tidak ada informasi tentang stunting (Soliman et al., 2021). Beberapa faktor yang menghambat peningkatan berat badan bayi termasuk masalah pencernaan, asupan makanan yang tidak mencukupi, dan kondisi kesehatan yang mendasari. Gangguan pencernaan, seperti kolik atau refluks asam, dapat menghalangi penyerapan nutrisi, sementara kurangnya asupan makanan, baik dari ASI maupun makanan pendamping, menyebabkan kurangnya kalori yang dibutuhkan untuk pertumbuhan. Selain itu, infeksi atau penyakit yang berkepanjangan bisa mengurangi nafsu makan bayi. Faktor genetik dan lingkungan yang tidak mendukung, seperti stres di rumah, juga dapat memengaruhi kondisi emosional bayi, yang pada akhirnya berdampak pada berat badan mereka. (Rokhimawaty et al., 2021). Anak-anak yang tidak mengalami peningkatan berat badan dua kali lipat pada usia enam bulan memiliki risiko *underweight* yang

sangat tinggi (Niki, 2021). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menekankan pentingnya mencapai berat badan sehat sebagai indikasi kesehatan yang krusial. Oleh karena itu, perhatian khusus terhadap perawatan dan pengasuhan bayi sangat diperlukan. Data yang dikumpulkan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO, 2021) menunjukkan bahwa bayi yang kesulitan dalam peningkatan berat badan lebih rentan terhadap masalah kesehatan jangka panjang. Ini termasuk potensi keterlambatan dalam perkembangan fisik dan kognitif.

Masalah pertumbuhan bayi masih menjadi masalah besar di seluruh dunia. Permasalahan berat badan bayi sangatlah sensitif, terbukti dari data angka kejadian berat badan bayi di dunia masih dibawah standar. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), melaporkan prevalensi gizi kurang di dunia meningkat dari 17,6% pada tahun 2015 menjadi 25,0% pada tahun 2020. Anak yang menderita gizi kurang dengan asumsi akan terganggu pertumbuhannya diperkirakan akan meningkat dari 113,4 juta pada tahun 2015 menjadi 218 juta pada tahun 2020. Kondisi ini merupakan gambaran besaran masalah gizi pada anak di dunia saat ini, yang secara langsung berdampak terhadap terjadinya gangguan pertumbuhan anak dimasa datang (WHO, 2020).

Berdasarkan hasil Survei Status Gizi Indonesia (SSGI) tahun 2022 diketahui prevalensi *underweight* meningkat setiap tahunnya pada tahun 2022 menjadi 17,1% yang sebelumnya pada tahun 2021 adalah 17%, dan pada tahun 2019 sebesar 16,3%. Prevalensi balita *underweight* berdasarkan di Provinsi Jawa Tengah, memiliki *Survei Status Gizi Indonesia* (SSGI 2022) sebesar 17,6%. Prevalensi balita *underweight* di Kota Surakarta berdasarkan BB/U pada tahun 2022 sebesar 15,5% (SSGI, 2022). Di Provinsi Jawa Tengah, ada beberapa wilayah yang menghadapi masalah berat badan bayi rendah, salah satunya adalah Kota Surakarta. Di daerah puskesmas Pajang, Surakarta, terdapat 223 bayi yang memiliki berat badan di bawah normal dari total 1.951 bayi yang ditimbang. Hal ini menunjukkan tantangan dalam kesehatan anak di wilayah tersebut, yang

memerlukan perhatian khusus untuk meningkatkan gizi dan kesehatan bayi. Inisiatif untuk meningkatkan kesadaran akan pentingnya gizi seimbang dan perawatan kesehatan yang baik sangat dibutuhkan di komunitas ini (Data Puskesmas Pajang 2024).

Upaya yang dapat dilakukan dalam mengoptimalkan berat badan pada bayi di samping nutrisi yang diberikan oleh ibu dan salah satu cara lain perlu adanya rangsangan stimulus. Stimulus sangat penting bagi bayi karena memengaruhi berbagai aspek perkembangan mereka. Pertama, stimulasi fisik, seperti pijat atau gerakan, membantu menguatkan otot dan tulang, sehingga bayi dapat mengembangkan keterampilan motorik yang diperlukan untuk berinteraksi dengan lingkungan. Kedua, stimulasi emosional, melalui pelukan dan perhatian dari pengasuh, menciptakan ikatan yang kuat, yang penting untuk memberikan rasa aman dan kepercayaan diri. Selain itu, rangsangan dari indera seperti sentuhan, pendengaran, dan penglihatan membantu bayi mengenali lingkungan mereka, mendukung perkembangan kognitif (Dan & Muffin, 2022). Stimulasi fisik juga meningkatkan aliran darah, yang berkontribusi pada kenaikan berat badan dan kesehatan secara keseluruhan. Bayi yang mendapatkan stimulasi sosial cenderung lebih cepat belajar keterampilan komunikasi. Selain itu, stimulasi yang baik dapat mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan emosional, menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan positif. Stimulasi yang tepat sangat penting untuk perkembangan menyeluruh bayi, baik fisik, emosional, maupun pemahaman. Upaya meningkatkan berat badan, bisa dilakukan pemberian ASI eksklusif atau susu formula, dan pemberian MPASI yang seimbang, dan lakukan pijat rutin. Intervensi stimulus yang bisa dilakukan untuk menstimulus fisik, emosional, menciptakan lingkungan yang mendukung pertumbuhan positif, bisa dilakukan dengan pijet bayi (Fitriyanti et al., 2020).

Pijat bayi adalah gerakan usapan yang lembut dan perlahan pada seluruh tubuh bayi, dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan, hingga

punggung. Pijat bayi merupakan salah satu jenis rangsangan sentuhan, yang sangat penting dalam proses perkembangan. Pijatan yang lembut dapat membantu mengurangi ketegangan otot, sehingga bayi menjadi lebih tenang dan dapat tidur lebih nyenyak (Roesli, 2010), dalam (Anggraini & Sari, 2020). Sentuhan atau pijatan pada bayi memiliki berbagai manfaat, seperti membuat bayi merasa lebih tenang, meningkatkan kualitas tidurnya, mengenalkan bagian-bagian tubuh sejak dini, dan merangsang nafsu makannya. Pemijatan bayi yang dilakukan secara rutin dapat berkontribusi pada peningkatan berat badan bayi. Aktivitas ini tidak hanya memberikan kenyamanan, tetapi juga membantu merangsang sistem pencernaan. Salah satu manfaat dari pemijatan bayi adalah dapat merangsang nafsu makan. Aktivitas saraf vagus akan terstimulasi dengan melakukan pijet bayi. Hal ini dapat meningkatkan kadar enzim penyerapan, seperti gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik, serta meningkatkan peristaltik usus dan pengosongan lambung, yang pada gilirannya dapat merangsang nafsu makan bayi (Carolin et al., 2020).

Penelitian (Amru et al., 2022) Pijat bayi memberikan dampak positif terhadap peningkatan berat badan bayi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa bayi yang mendapatkan pijatan secara teratur mengalami peningkatan berat badan yang signifikan dibandingkan dengan bayi yang tidak dipijat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 32 responden, sebanyak 27 orang (84,4%) mengalami peningkatan berat badan, sementara 4 orang (12,5%) tidak mengalami perubahan, dan 1 orang (3,1%) tidak mengalami baik peningkatan maupun penurunan berat badan. Analisis menggunakan tabel Paired Sample t-test menghasilkan nilai signifikansi 0,000, yang berada di bawah taraf signifikan (α) = 0,05, sehingga hipotesis nol (H_0) ditolak. Ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan antara kondisi sebelum dan sesudah penerapan pijat bayi. Peningkatan berat badan bayi sangat dipengaruhi oleh pijat bayi yang dilakukan secara teratur. Pijatan tersebut meningkatkan kadar enzim

penyerapan dan insulin, sehingga penyerapan nutrisi menjadi lebih efektif. Akibatnya, bayi menjadi lebih cepat lapar dan lebih sering menyusu, yang pada gilirannya meningkatkan produksi ASI (Siti Husaidah, Desi Ernita Amru, 2020). Selain itu, pijatan juga merangsang mekanisme penyerapan makanan melalui nervus vagus, yang berkontribusi pada peningkatan nafsu makan bayi dan, akhirnya, berat badan mereka. Hasil tersebut didukung oleh studi pendahuluan yang saya lakukan di wilayah Puskesmas Pajang, di mana dari 10 ibu yang saya wawancarai, ternyata 6 orang tidak memahami tentang pijat bayi. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan program edukasi dan sosialisasi tentang pijat bayi agar para ibu lebih menyadari pentingnya praktik ini dalam mendukung pertumbuhan si kecil.

Sosialisasi merupakan aspek penting dalam kehidupan manusia yang dapat dilakukan dengan berbagai macam media. Salah satu media yang efektif untuk menyampaikan pesan dan informasi adalah video, yang mampu menarik perhatian dan memudahkan pemahaman ibu. Video memberikan visualisasi yang jelas, sehingga ibu dapat melihat dan memahami cara melakukan pijat bayi dengan tepat. Hal ini diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam menerapkan teknik tersebut di rumah. Selain itu, media video memungkinkan ibu untuk mengakses informasi kapan saja dan di mana saja, sehingga lebih fleksibel dan mudah diikuti. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan video edukasi dapat meningkatkan pengetahuan peserta hingga 30-50%. (Ekowati & Herlina, 2023).

Hal ini mendorong dilakukannya edukasi melalui video pijat bayi bagi ibu di puskesmas pajang. Video pijat bayi sebagai alat edukasi kesehatan memiliki keunggulan dalam memberikan visualisasi yang jelas, sehingga memudahkan proses penyerapan informasi. Video termasuk dalam kategori media audio visual karena melibatkan kedua indera, yaitu pendengaran dan penglihatan. Media audio visual ini dapat menghasilkan pembelajaran yang lebih efektif, seperti dalam hal mengingat, mengenali,

mengingat kembali, serta menghubungkan fakta dan konsep (Notoatmodjo, 2012; dalam Suiroaka & Supariasa, 2021).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk menyusun karya ilmiah yang membuat media edukasi tentang pijet bayi untuk meningkatkan kenaikan berat badan bayi melalui media video. Masalah berat badan bayi yang tidak sehat adalah isu penting yang memerlukan perhatian, terutama dengan tingginya angka prevalensi bayi dengan kondisi *underweight* di seluruh dunia, termasuk Indonesia. Pijat bayi merupakan salah satu intervensi yang efektif dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, dan telah terbukti memberikan dampak positif terhadap peningkatan berat badan.