

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN
DURASI MENYUSU PADA BAYI USIA 0 – 3 BULAN
RS NURUL HASANAH 2023**

***The Effect Of Infant Massage On Improvement Duration Of Breastfeeding
In Babies Aged 0 – 3 Months Nurul Hasanah Hospital 2023***

Eva Nurseptiana ¹⁾, Purnama Sari Cane²⁾

1.D3- Kebidanan, Universitas Nurul Hasanah Kutacane
evaseptianagedi@gmail.com

2.D3- Kebidanan, Universitas Nurul Hasanah Kutacane
purnamasari.cane@gmail.com

Abstrak

Pijat bayi dapat menjadi salah satu pilihan aktivitas fisik yang berfungsi untuk meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui bayi. Pijat Bayi adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang di kenal sejak awal manusia di ciptakan di dunia serta telah di praktekkan sejak berabad-abad silam secara turun temurun oleh dukun bayi. Bayi cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar. Air susu ibu (ASI) merupakan asupan nutrisi utama pada bayi khususnya bayi 0-3 bulan.

ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormone Oksitoksin, Prolaktin dan Reflek Let Down. Sehingga faktor psikologis ibu dan faktor bayi sangat berkaitan dengan produksi ASI. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan jenis penelitian yang digunakan yaitu Quasy experimental (eksperimen semu) berupaya mengungkapkan hubungan sebab akibat antara variabel bebas (prediktor) dengan variabel tergantung (efek) dalam periode waktu tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi 0-3 bulan di RS Nurul Hasanah. Pengambilan sampel dengan teknik Purposive Sampling .

Hasil penelitian diperoleh data bahwa ada pengaruh antara pijat bayi dengan frekuensi menyusui pada bayi dengan nilai P (0,000) dan ada pengaruh antara pijat bayi dengan durasi menyusui pada bayi (P value 0,000). Diharapkan bidan dapat terus memotivasi ibu untuk melakukan pijat bayi sehingga akan meningkatkan frekuensi menyusui pada bayinya dan memotivasi untuk tetap memberikan ASI Eksklusif pada Bayinya.

Kata Kunci :Pijat Bayi, Durasi Menyusu

Abstract

Baby massage can be a choice of physical activity that functions to increase the duration and frequency of the baby's breastfeeding. Baby Massage is an art of health care and treatment that has been known since the beginning of humans in the world and has been practiced for centuries by traditional birth attendants. Babies quickly become hungry or want to eat because their digestion becomes smoother. Mother's milk (ASI) is the main nutritional intake for babies, especially babies 0-3 months.

Breast milk is produced as a result of the combined work of the hormones Oxytocin, Prolactin and the Let Down Reflex. So maternal psychological factors and baby factors are closely related to breast milk production. This research is an analytical research with the type of research used, namely Quasy experimental (quasi-experiment) which seeks to reveal the causal relationship between the independent variable (predictor) and the dependent variable (effect) within a certain time period. The population in this study were all babies 0-3 months at Nurul Hasanah Hospital. Sampling was taken using Purposive Sampling technique.

The research results showed that there was an influence between baby massage and the frequency of breastfeeding in babies with a P value (0.000) and there was an influence between baby massage and the duration of breastfeeding in babies (P value 0.000). It is hoped that midwives can continue to motivate mothers to do baby massage so that it will increase the frequency of breastfeeding for their babies and motivate them to continue providing exclusive breast milk to their babies.

Keywords: *Baby Massage, Duration of Breastfeeding*

PENDAHULUAN

Pijat bayi merupakan sentuhan setelah kelahiran, serta dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan nyaman pada bayi.

Pijat bayi mudah dipelajari dan umumnya dengan beberapa kali latihan para orang tua sudah mahir, disamping murah karena hanya memerlukan minyak/baby oil, juga banyak manfaatnya. Dampak positif dari pijat bayi antara lain: menurunkan kadar hormone stress, peningkatan kadar zat daya tahan tubuh (immunoglobulin), memperbaiki sirkulasi darah (Retnowati, 2010).

Merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, meningkatkan nafsu makan, mengubah gelombang otak yang dapat membuat bayi tidur lelap, meningkatkan aliran oksigen dan nutrisi menuju sel, meningkatkan kenaikan berat badan dan mengeratkan ikatan batin antara bayi dengan orang tua (bonding), meningkatkan volume ASI

Di Indonesia, pijat bayi mulai diperkenalkan pada masyarakat luas (Subakti, 2008) Sebenarnya ilmu pijat bayi tradisional sudah lama dikenal, bahkan sampai sekarangpun masih dilakukan oleh dukun pijat bayi di daerah-daerah. Namun, pijat bayi yang dimaksud di sini adalah pijat bayi yang dilakukan oleh ibu, ayah atau anggota keluarga si bayi

WHO (2010), menyusui eksklusif dapat melindungi bayi dan anak terhadap penyakit berbahaya dan mempererat ikatan kasih sayang (bonding) antara ibu dan anak. Untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, United Nation Children Found (UNICEF) dan World Health Organization (WHO) merekomendasikan agar anak sebaiknya disusui hanya ASI selama paling sedikit 6 bulan. Pijat Bayi merupakan salah satu teknik perawatan bayi yang sangat khusus, biasanya untuk merawat bayi yang sakit perut, sembelit, atau kembung karena banyak minum, yang membuat bayi menangis terus menerus karena merasa badannya tidak enak. Titik tekan pengobatan (acupressure) pada bayi berbeda dengan orang dewasa yang membuat pemijatan itu begitu efektif, Jalinan ikatan batin antara ibu dan bayi sangatlah penting mengingat semakin erat suatu jalinan terwujud semakin tinggi pula pemahaman para ibu akan kebutuhan bayinya, sehingga kesempatan bayi untuk tumbuh dengan lebih baik menjadi lebih besar pula (Prasetyono, 2017).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan bidan koordinasi Rs Nurul Hasanah, didapatkan data bahwa jumlah bayi yang berusia 0-3 bulan pada umumnya masih ada sebagian ibu yang masih memberikan bayinya susu formula. Dan sebagian besar masyarakat dan ibu menyusui memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang terapi pijat bayi baru lahir, Pemberian ASI serta gizi bagi bayi baru lahir. Sehingga sering terjadi berbagai komplikasi pada bayi yang dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian ibu dan bayi.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melaksanakan penelitian dengan tujuan mengetahui "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Durasi Menyusu Pada Bayi Usia 0-3 Bulan Rs Nurul Hasanah 2023"

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan jenis penelitian yang digunakan yaitu Quasy experimental (eksperimen semu) menggunakan dua kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok kontrol. Bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi usia 0-3

bulan.jumlah sampel sebanyak 30 orang. Analisa data yang digunakan Uji T test. Periode Agustus sampai Oktober 2023.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	0-1 bulan	5	16,7
2	2 bulan	18	60
3	3 bulan	7	23,3
Jumlah		30	100

Pada Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 30 responden berumur 0-1 bulan sebanyak 5 orang (16,7%) 2 bulan sebanyak 18 orang (60%), umur 3 bulan sebanyak 7 orang (23,3%)

Tabel 4.2

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
1	Laki-laki	11	36,7
2	Perempuan	19	63,3

Pada Tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 30 responden sebagian berjenis kelamin laki-laki sebanyak 11 orang (36,7 %) dan jenis kelamin perempuan sebanyak 19 orang (63,3%).

Tabel 4.3

Distribusi Peningkatan Frekuensi Pada Kelompok Perlakuan Dan Kelompok Kontrol di RS Nurul Hasanah Kutacane Aceh Tenggara 2023

No	Peningkatan rata-rata Durasi Menyusu (menit/hari)	Kelompok Perlakuan		Kelompok kontrol	
		Frekuensi	Presentasi (%)	Frekuensi	Presentasi (%)
		n	%	n	%
1.	4	3	10	2	6,8
2.	3	5	16,7	3	10
3.	2	12	33,3	14	46,7
4.	1	10	40	11	36,8
Jumlah		30	100	30	100

Pada Tabel 3 dapat diketahui bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar responden mengalami peningkatan rata-rata durasi menyusu 1 menit/hari (33,3 % atau 10 responden) dan mengalami peningkatan menjadi 11 orang (36,8). Durasi 2 menit sebanyak 12 orang (33,3%) mengalami peningkatan sebanyak 14 orang (46,7 %).

Tabel 4.4

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Durasi Menyusu Pada Kelompok Perlakuan dan Kelompok Kontrol

Durasi Menyusu	Mean	Std.	t	P
Pre test	7,1	2,41	0,001	.000
Post test	12,3	2.85	0,003	

Berdasarkan tabel 8 Hasil Uji T didapatkan $P = 0,000 < 0,05$, artinya H_0 ditolak H_a diterima, berarti ada Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Durasi Menyusu di Rumah Sakit Nurul Hasanah 2023

Pembahasan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa pada kelompok perlakuan sebagian besar responden mengalami peningkatan rata-rata durasi menyusu 1 menit/hari (33,3 % atau 10 responden) dan mengalami peningkatan menjadi 11 orang (36,8). Durasi 2 menit sebanyak 12 orang (33,3%) mengalami peningkatan sebanyak 14 orang (46,7 %).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan nafsu makan. Pijat bayi menyebabkan bayi menjadi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif sehingga ketika bayi terbangun akan membawa energi cukup untuk beraktivitas. dengan aktivitas yang optimal, bayi menjadi cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus (system saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dada dan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltic untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan. Dengan demikian, bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar

Hal ini sejalan juga dengan hasil penelitian Fitriani dan Nurhidayanti yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pijat bayi dengan peningkatan nafsu makan. Penelitian Erlian menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi usia 0-4 bulan terhadap peningkatan frekuensi menyusui. Penelitian Falikhah dan Hidayat menyatakan bahwa terdapat (fitriani, 2010).

Hal ini dikarenakan tidak teraturnya dalam melaksanakan senam hamil atau bahkan tidak melakukannya dengan baik sehingga hasilnya yang diberikan kepada responden dapat meningkatkan kadar *endorphin* yang berguna sebagai pereda nyeri yang diproduksi tubuh dalam darah didalam susunan saraf pusat.

Sebaiknya bayi menyusu jangan di jadwalkan karena jika di jadwalkan akan mempengaruhi produksi dan pengeluaran ASI selanjutnya, berikan ASI kapan pun bayi ingin menyusu. Dengan menyusui tanpa jadwal, sesuai kebutuhan bayi akan mencegah timbulnya masalah menyusui. ASI yang di produksi pada hari ke 2 -4 adalah kolostrum dengan volume 150 -300 ml/hari.

Kolostrum mempunyai kandungan yang tinggi protein, vitamin, mineral, dan imunoglobulin. Imunoglobulin ini merupakan zatantibodi dari ibu ke bayi yang berfungsi sebagai imunitas untuk bayi. Pada hari ke 8 -20 yang di sebut dengan ASI peralihan yang dihasilkan setelah kolostrum, dimana kadar lemak, laktosa, vitamin larut air lebih tinggi dankadar protein, mineral lebih rendah, serta mengandung lebih banyak kalori. Pada hari ke 21 setelah melahirkan disebut ASI matur dengan volume bervariasi 300 -850 ml/hari terdiri ddari air, karbohidrat, protein, dan lemak yang diperlukan untuk kebituhan hidupdan perkembangan bayi (Fadilah, 2018).

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan durasi menyusu pada bayi usia 0-3 bulan.

UCAPAN TERIMAKASIH

Peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada Universitas Nurul Hasanah Kutacane, pihak RS nurul Hasanah ,Pembimbing Institusi, pembimbing lahan, pemilik lahan beserta kader dan Ibu menyusui yang bersedia menjadi responden dalam kegiatan penelitain dan seluruh pihak yang turut berkontribusi pada kegiatan penelitain dan pihak Rs Nurul Hasanah sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Dokumentasi



Daftar Pustaka

1. WHO.2010. *Infant mortality*. World Health Organization.
2. Fitriahadi Enny. 2016. *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi*. Jurnal kesehatan Masyarakat . Vol. 10. No. 2.
3. Banowati L. *Ilmu Gizi Dasar*. Yogyakarta: Deepublish. 2019.
4. Adam, A., Alim, A., & Sari, N. P. 2016. *Pemberian Inisiasi Menyusu Dini Pada Bayi Baru Lahir*. Jurnal Kesehatan MANARANG, 2(2),
5. Fatimah L. Hubungan Frekuensi Pemberian ASI Eksklusif Pada Masa Nifas Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Minggu. J Eduhealth. 2014 Apr;4(1):41-6.
6. Retnowati, Rini D. 2010. *Pengaruh Fisioterapi Oral Terhadap Refleks Hisap Pada Bayi Berat Badan Lahir Rendah Di Ruang Perinatologi Rsd Dr. Soebandi Jember*. <http://digilib.unmuhjember.ac.id/files/disk1/53/umj-1x-rinidriret2610-1-5jurnal-%5E.pdf>. Diakses pada tanggal 23 Oktober 2022.
7. Siti Suciati. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pemberian Asi Eksklusif : Literature Review*. bidan [Internet]. 2020Aug.1 [cited 2022Nov.27];10(2):1-. Available from: <https://journal.unita.ac.id/index.php/bidan/article/view/406>.
8. Siti mulyani, Nina. 2013. *Asi dan Pedoman Ibu Menyusui*. Nuha Medika, Yogyakarta
9. Siti Saidah, Besse Lidia, Fauziah. 2020. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Kelurahan Sempaja Selatan Samarinda*. Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ), 3 (2), 22-26.

10. Izmi Fadilah Nasution. 2018. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Bayi 0-30 Hari Di Klinik Pratama Niar Medan Amplas*. Skripsi. Jurusan D –IV Kebidanan Medan.