

EFEKTIFITAS PIJAT BAYI TERHADAP DURASI MENYUSUI PADA BAYI USIA 0-6 BULAN

Cory Chorajon Situmorang¹, Ni Nyoman Sri Artina Dewi², Kristina³

¹ Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Sorong

² STIK Sint Carolus

³ Puskesmas Rawat Inap Mariat SP II Kabupaten Sorong.

*Penulis Korepondensi: Ni Nyoman Sri Artina Dewi, STIK Sint Carolus, Jl. Salemba Raya No. 41 Jakarta Pusat Provinsi DKI Jakarta. Email: komang.artina@gmail.com

ABSTRACT

Infant massage is a technical method in midwifery care for neonates, infants and toddlers that can increase the frequency and duration of breastfeeding so that baby will feel comfortable and calm while breastfeeding. The aim of study was to determine the effectiveness of infant massage on the quality of breastfeeding in infants aged 0-6 Month at the Mariat District Health Center Sorong Years 2022. Research Design One group pre test-post test design using 30 sampel of infant aged 0-6 Month at the Mariat Health Center, Sorong Regency. Given treatment in the form of baby massage for 2 weeks. The results showed that there was an effectiveness of infant massage against Quality of Breastfeeding in infants aged 0-6 month at the Mariat Health Center ($p 0.000 < 0.05$). It is better not to schedule the baby to breastfeed because if it is scheduled will affect the production and subsequent release of breast milk, give breast milk whenever the baby wants to breastfeed.

Keynote : Baby Massage, Duration of Breastfeeding

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu (ASI) merupakan zat yang sempurna untuk pertumbuhan bayi dan dapat mempercepat perkembangan berat badan bayi. Selain itu, ASI mengandung zat penolak/pencegah penyakit serta dapat memberikan kepuasan dan mendekatkan hati ibu dan bayi sebagai sarana menjalin hubungan kasih sayang. Oleh karena itu *World Health Organization (WHO) / United Nations Children's Fund (UNICEF)* telah merekomendasikan standar emas pemberian makan pada bayi yaitu menyusui bayi secara eksklusif sejak lahir sampai dengan umur 6 bulan didahului dengan Inisiasi Menyusui Dini (IMD) segera setelah lahir, mulai umur 6 bulan berikan Makanan Pendamping ASI (MP-ASI) dan teruskan menyusu hingga anak berumur 2 tahun¹.

Menurut 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.

DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3469>

© 2022 Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA license

Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>

Pemerintah menargetkan Cakupan Asi Eksklusif adalah 100 %. Namun pencapaian cakupan tingkat Nasional di Tahun 2021 sebanyak 71,58 % (Badan Pusat Statistik, Tahun 2021). Sedangkan data Dinas Kesehatan Propinsi Papua Barat Tahun 2021 Cakupan Asi Eksklusif masih 58,77 %³. Di Puskesmas Mariat lebih jauh lagi dari target nasional, Data Cakupan Asi Eksklusif adalah 36 %⁴.

Adapun faktor - faktor penyebab rendahnya Cakupan Asi Eksklusif sangat di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu masalah dalam proses menyusui, dukungan dari keluarga , durasi menyusui, dan frekuensi menyusui⁵. Dari faktor penyebab di atas, salah satunya yaitu masalah dalam durasi menyusui. Durasi yang lama dalam menyusui akan mendapatkan gizi yang lengkap dari ASI karena mendapat ASI yang awal sampai ASI akhir. Banyaknya bayi yang berat badannya tidak naik sebagian besar disebabkan oleh durasi yang singkat, karena ASI yang didapat hanya ASI awal dan tidak sampai ASI akhir sehingga bayi banyak yang tidak mendapat gizi yang optimal sehingga banyak yang berat badannya tidak naik, jika kondisi ini diteruskan maka akan berakibat buruk pada bayi dan beresiko mengalami gizi kurang dan gizi buruk⁶.

Pijat Bayi adalah metode asuhan kebidanan pada Neonatus, bayi, dan balita dengan melakukan massage secara lembut dan berurutan dari wajah sampai ujung kaki, dimana dengan melakukan pijatan bayi seluruh otot bayi akan rileks, peredaran darah akan menjadi lancar dan tisu akan nyenyak. Selain itu dengan pijat bayi akan meningkatkan frekuensi dan durasi menyusui sehingga bayi akan merasa nyaman dan tenang saat menyusui⁷.

Hasil penelitian tentang pengaruh fisioterapi oral terhadap refleks hisap bayi dengan berat badan lahir rendah di Rawat Inap ruang Perinatologi RSD dr. Soebandi Jember, sampel pada penelitian ini berjumlah 30 responden, berdasarkan data dari hasil penelitian ini dapat dilihat adanya peningkatan kekuatan refleks menghisap pada bayi yaitu yang semula semua bayi mempunyai refleks hisap yang lemah setelah dilakukan fisioterapi oral menjadi 22 bayi (73,3%) mempunyai refleks hisap yang kuat⁸.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong, bahwa belum pernah dilakukan pijat bayi. Bahkan di daerah kabupaten sorong juga masih terbatas layanan komplementer berupa layanan pijat bayi. Berdasarkan hal tersebut maka tujuan penelitian ini untuk mengetahui Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Kualitas Menyusui pada Bayi Usia 0 – 6 Bulan di Puskesmas Mariat.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian pre eksperimen dengan desain *one group pre test - post test*. Populasi dalam penelitian adalah Bayi usia 0 – 6 Bulan yang masih menyusui pada ibunya di Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong sejumlah 30 bayi. Sampel dalam penelitian ini adalah Total Populasi yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok perlakuan dan kelompok control. Kelompok perlakuan diberikan pijat bayi maksimal 2 kali dalam sehari pagi dan sore dan di lakukan minimal 2 kali dalam seminggu dengan lama pijatan 20 menit. Uji statistik menggunakan *Paired T Test* jika data normal dan homogen. Apabila tidak memenuhi Uji Asumsi maka Uji Hipotesis menggunakan Uji Wilcoxon. Dasar pengambilan keputusan yang digunakan berdasarkan probabilitas. Jika probabilitas <0.05 maka H₀ ditolak.

DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3469>

© 2022 Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA license

Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>

HASIL

1. Gambaran Lokasi Penelitian

Puskesmas Mariat terletak di Distrik Mariat Kabupaten Sorong Propinsi Papua Barat. Yang mana semua wilayah Puskesmas Mariat merupakan daratan. Secara administratif Distrik Mariat berbatasan dengan Distrik Aimas di sebelah Utara, Timur, dan Barat, sebelah selatan berbatasan dengan Distrik Mayamuk. Pemerintah Distrik Mariat Kabupaten Sorong secara Administratif mempunyai 7 Kelurahan dan 4 Kampung.

2. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Ibu

Tabel 1 Daftar Distribusi Responden Menurut Usia Ibu

Usia Ibu	Frekuensi (f)	Persentasi (%)
Tidak Berisiko	28	93,3
Berisiko	2	6,7
Total	30	100

Sumber data : data primer

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa dari 30 responden paling banyak responden memiliki ibu dengan usia tidak berisiko yaitu 28 ibu (93,3%) dibandingkan dengan usia berisiko yaitu 2 ibu (6,7%).

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Bayi

Tabel 2 Daftar Distribusi Responden Menurut Usia Bayi

Usia Bayi	Frekuensi (f)	Persentasi (%)
0 – 3 bulan	17	56,7
>3 – 6 bulan	13	43,3
Total	30	100

Sumber data : data primer

Berdasarkan table 2 dapat dilihat bahwa dari 30 responden, paling banyak responden dengan usia bayi 0 – 3 bulan yaitu sebanyak 17 Bayi (56,7%) di bandingkan dengan usia bayi >3 – 6 bulan yaitu sebanyak 13 bayi (43,3 %).

DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3469>

© 2022 Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA license

Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>

c. **Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Persalinan**

Tabel 3 Daftar Distribusi Responden Menurut Jenis Persalinan

Jenis Persalinan	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Normal	29	96,7
Tidak Normal	1	3,3
Total	30	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa dari 30 responden, paling banyak responden dengan jenis persalinan normal yaitu sebanyak 29 Bayi (96,7%) dibandingkan dengan jenis persalinan tidak normal yaitu sebanyak 1 bayi (3,3 %).

d. **Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan**

Tabel 4 Daftar Distribusi Responden Menurut Pendidikan

Pendidikan	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Dasar	7	23,3
Menengah	13	43,3
Tinggi	10	33,4
Total	30	100

Sumber: Data Primer

Berdasarkan table 4 dapat dilihat bahwa dari 30 responden, paling banyak responden memiliki ibu dengan pendidikan menengah yaitu 13 ibu (43,3 %) dan paling sedikit memiliki ibu dengan pendidikan dasar yaitu 7 ibu (23,3 %).

e. **Karakteristik Responden Berdasarkan Pekerjaan**

Tabel 5 Daftar Distribusi Responden Menurut Pekerjaan

Pendidikan	Frekuensi (f)	Presentasi (%)
Bekerja	10	33,3

DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3469>

© 2022 Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA license

Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>

Tidak Bekerja	20	66,7
Total	30	100

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 5 dapat dilihat bahwa dari 30 responden, paling banyak responden memiliki ibu bekerja yaitu sebanyak 10 ibu (33,3 %) dan paling sedikit memiliki ibu dengan tidak bekerja yaitu sebanyak 20 ibu (66,7 %).

3. Analisis Bivariat

Durasi Menyusu

Tabel 6 Daftar Distribusi Pijat Bayi Terhadap Durasi menyusu pada Bayi Usia 0 – 6 Bulan di Puskesmas Mariat

Durasi Menyusu	Mean	Std. Deviation	Uji normalitas	Nilai P
Pre Test	7,2	2,3	.003	0,000
Post Test	11,2	1,83	.007	

Berdasarkan tabel 6 dapat dilihat bahwa rata-rata kualitas menyusu bayi sebelum dilakukan pijat sebesar 7,2 menit dan setelah dilakukan pijat 11,2 menit. Standar deviasi sebelum intervensi 2,3 dan setelah intervensi 1,83. Selanjutnya data dilakukan uji asumsi berupa uji normalitas dengan hasil pretest 0,003 dan posttest 0,007 atau nilai $p < 0,05$ artinya data tidak berdistribusi normal sehingga uji hipotesa menggunakan uji Wilcoxon dengan nilai P 0,000 artinya terdapat efektivitas setelah di lakukan pijat bayi terhadap kualitas menyusu pada bayi usia 0 – 6 bulan di Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa rata-rata durasi menyusu bayi sebelum dilakukan pijat sebesar 7,2 menit dan setelah dilakukan pijat 11,2 menit, sehingga dapat dilihat bahwa kualitas menyusu bayi lebih baik pada kelompok setelah dilakukan intervensi. Pijat bayi yang diberikan pada penelitian ini sebanyak 2 kali seminggu pada pagi dan sore hari dengan lama pemijatan maksimal 20 menit. Intervensi ini dilakukan selama 4 minggu.

Lama menyusui tiap payudara adalah sekitar 10-15 menit untuk bayi usia 1-12 bulan. Ibu menyusui sebaiknya sesuai dengan keinginan bayi, tanpa di jadwal karena kadar protein ASI rendah sehingga bayi akan menyusu sering, biasanya antara 1,5-2 jam sekali dan ASI dalam lambung bayi akan kosong dalam waktu 2 jam. Sehingga frekuensi menyusu kira-kira 8-12 kali/24 jam, Setiap kali menyusu kedua payudara harus digunakan dan usahakan sampai payudara terasa kosong agar produksi ASI tetap baik⁷. Durasi menyusu berbeda-beda setiap periode menyusui. Bayi menyusu rata-rata selama 5-15 menit, walaupun terkadang ada yang lebih⁹.

DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3469>

© 2022 Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA license

Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>

Hasil penelitian ini sejalan dengan sejumlah penelitian sebelumnya yang menguji efektifitas pijat bayi membuktikan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan kualitas menyusui bayipada ibunya. Terbukti dari hasil penelitiannya pada saat sebelum di berikan perlakuan pijat bayi 73 %, dan setelah di berikan perlakuan pijat bayi menjadi 80 %¹⁰.

Menurut penelitian Izmi pada kelompok kontrol terdapat rata-rata durasi menyusui hari ke-10 5,44 menit dan durasi menyusui hari ke-20 5,52 menit, dan hasil uji t $p= 0,802 > 0,05$ artinya tidak terdapat pengaruh pada kelompok control. Nilai rata-rata durasi menyusui pada kelompok eksperimen pada hari ke-10 yaitu 5,40 dan durasi menyusui hari ke-20 7,36 menit, hasil uji t diperoleh $p= 0,00 < 0,05$ artinya secara statistik menunjukkan terdapat pengaruh peningkatan durasi menyusui pada kelompok eksperimen Pada kelompok perlakuan diketahui bahwa terdapat perbedaan durasi menyusui yang tidak dilakukan Pijat dan yang dilakukan pijat. Hasil uji t diperoleh $p= 0,00 < 0,05$, artinya secara statistik menunjukkan terdapat perubahan Durasi menyusui yang tidak melakukan Pijat dan yang melakukan Pijat. Hasil uji statistik didapatkan p value 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh peningkatan durasi menyusui pada kelompok eksperimen¹¹.

Sebaiknya bayi menyusui jangan di jadwalkan karena jika di jadwalkan akan mempengaruhi produksi dan pengeluaran ASI selanjutnya, berikan ASI kapan pun bayi ingin menyusui. 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 bayi³.

Dengan dilakukannya pijat bayi, maka akan memberikan stimulasi bayi untuk dapat menyusui lebih baik dan produksi ASI pada ibu akan memenuhi kebutuhan ASI bayi. Dengan bayi di berikan ASI maka bayi tidak mudah sakit, mendapat nutrisi yang baik, meningkatkan berat badan bayi yang sehat. Manfaat menyusui untuk ibu dapat menormalkan kontraksi Rahim, kontrasepsi alami, menghemat uang dan waktu.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong dapat disimpulkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan durasi menyusui pada bayi Usia 0 – 6 Bulan di Puskesmas Mariat Kabupaten Sorong.

REFERENSI

1. Kementerian Kesehatan RI. Kesehatan dalam Kerangka Sustainable Development Goals (SDG'S). Jakarta: Kementerian Kesehatan RI; 2015.

DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3469>

© 2022 Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA license

Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>

2. WHO.2010. Infant mortality. World Health Organization.
3. Fitriahadi Enny. 2016. *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi*. Jurnal kesehatan Masyarakat . Vol. 10. No. 2.
4. Puskesmas Malawili, 2021. Laporan Puskesmas Malawili Kabupaten Sorong.
5. Banowati L. Ilmu Gizi Dasar. Yogyakarta: Deepublish. 2019.
6. Adam, A., Alim, A., & Sari, N. P. 2016. Pemberian Inisiasi Menyusui Dini Pada Bayi Baru Lahir. Jurnal Kesehatan MANARANG, 2(2), 7.
7. Retnowati, Rini D. 2010. Pengaruh Fisioterapi Oral Terhadap Refleksi 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.
8. 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>.
9. Siti mulyani, Nina. 2013. Asi dan Pedoman Ibu Menyusui. Nuha Medika, Yogyakarta
10. 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.
11. Izmi Fadilah Nasution. 2018. *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusui Bayi 0-30 Hari Di Klinik Pratama Niar Medan Amplas*. Skripsi. Jurusan D – IV Kebidanan Medan.

DOI: <https://doi.org/10.51544/jmkm.v7i2.3469>

© 2022 Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat. This is an open access article under the CC BY-SA license
Website: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/JMKM>