

Pengaruh Pijat Bayi terhadap Frekuensi dan Durasi Menyusu Bayi

Eddy Fitriahadi

Program Studi Bidan Pendidik, Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, Indonesia
Corresponding author, e-mail: eddyfitriahadi@rocketmail.com

Received: 25/06/2016; published: 26/09/2016

Abstract

Background: Breast milk is the ideal source of nutrition with a balanced composition and adapted to the growing needs of the baby as well as the most perfect baby food, both quality and quantity. In Indonesia, the percentage of exclusive breastfeeding by the child's age and the characteristics of the respondent, the percentage of exclusive breastfeeding is higher in infants given only until the age of 0-1 months (45%), aged 2-3 months (38.3%), and the age of 4-5 months (31%). Exclusive breastfeeding is also higher in rural areas than urban areas, the percentage is respectively 41.7% and 50%. **Method:** Experimental research methods (quasy experimental design) or experiments that the research activities carried out by giving trial or treatment. Sampling was done by sampling technique is purposive sampling with criteria infants in good health. This research method using quantitative design of the experimental method (quasy experimental design) or experiments that the research activities carried out by giving trial or treatment. Sampling was done by purposive sampling. The sample in this study amounted to 15 babies. Data analysis using Chi Square formula. **Results:** The findings indicate that the effect of infant massage on the frequency and duration of suckling p value of 0.03, which means there H_0 rejected and H_a accepted. **Conclusion:** Advice for parents, so that parents who have babies always routine to perform infant massage at least 3 times a week so that the baby be increased nutrient intake and nutritional status of infants either. For society as a science and motivational materials to parents to always perform infant massage to parents who have babies so that the health and nutritional status of infants to be good.

Keywords: duration of breastfeeding; frequency of breastfeeding; infant massage

Copyright © 2016 Universitas Ahmad Dahlan. All rights reserved.

1. Pendahuluan

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi serta makanan bayi yang paling sempurna, baik kualitas maupun kuantitasnya. Pertumbuhan berkaitan dengan masalah perubahan ukuran, besar, jumlah atau dimensi pada tingkat sel, organ maupun individu.⁽¹⁾

Menurut Survei Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012 Angka Kematian Bayi (AKB) mencapai 25,3 per 1000 kelahiran hidup. Tetapi belum mencapai target *Millenium Development Goals* (MDGs) tahun 2015 yaitu 23 per 1000 kelahiran hidup dan sekitar 60% dari kematian tersebut seharusnya dapat ditekan salah satunya adalah dengan menyusui, karena Air Susu Ibu (ASI) sudah terbukti dapat meningkatkan status kesehatan bayi sehingga 1,3 juta bayi dapat diselamatkan.⁽²⁾ Partisipasi ibu menyusui pada kelompok pendamping ASI sangat penting dalam keberhasilan pemberian ASI eksklusif pada bayi.⁽³⁾

Permasalahan gangguan pertumbuhan balita di Indonesia sudah mulai muncul sejak usia dini antara umur 1-6 bulan sehingga diperlukan upaya untuk mengurangi kecepatan gangguan pertumbuhan dan untuk meningkatkan persentase kenaikan berat badan. 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 enam bulan.

Di Indonesia, persentase pemberian ASI eksklusif menurut umur anak dan karakteristik responden, persentase pemberian ASI eksklusif lebih tinggi diberikan pada bayi hanya sampai usia 0-1 bulan (45%), usia 2-3 bulan (38,3%), dan usia 4-5 bulan (31%). Pemberian ASI eksklusif juga lebih tinggi di daerah pedesaan dibandingkan perkotaan, berturut-turut persentasenya 41,7% dan 50%.⁽⁴⁾ Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 menunjukkan bahwa Angka Kematian Bayi di DIY mempunyai angka yang relatif lebih tinggi, yaitu sebesar 25 per 1.000 kelahiran hidup (target MDG's sebesar 23 per 1.000 kelahiran hidup pada tahun 2015). Apabila melihat angka hasil SDKI 2012 tersebut, maka masalah kematian bayi merupakan hal yang serius yang harus diupayakan penurunannya agar target MDG's dapat dicapai.⁽⁵⁾

Pijat bayi adalah pemijatan bayi yang dilakukan dengan cara mengusap lembut dimulai dari kaki, dada, tangan, muka dan punggung.⁽⁶⁾ Sedangkan Pijat bayi adalah suatu bentuk permainan gerakan pada bayi, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan serta kemampuan pergerakan bayi secara optimal.⁽⁷⁾

Penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa pada 20 bayi prematur (berat badan 1.280 dan 1.176 gr), yang dipijat 3x15 menit selama 10 hari, mengalami kenaikan berat badan 20%-47% per hari dibanding yang tidak dipijat. Sedang pada bayi cukup bulan yang berusia 1-3 bulan yang dipijat 15 menit, dua kali seminggu selama enam minggu mengalami kenaikan berat badan yang lebih tinggi dari kelompok kontrol. Dan teknik pijat ini telah dipraktikkan hampir diseluruh dunia sejak dahulu termasuk di Indonesia.⁽⁸⁾

Rentang frekuensi menyusui yang optimal adalah antara 8-12 kali setiap hari. Tetapi sebaiknya menyusui bayi tanpa dijadwal, karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Ibu harus menyusui bayinya jika bayi menangis bukan karena sebab lain (kencing, digigit semut/nyamuk, buang air besar) atau ibu sudah merasa ingin menyusui bayinya.

2. Metode

Penelitian ini menggunakan rancangan kuantitatif dengan metode eksperimen semu. Percobaan atau perlakuan adalah suatu usaha modifikasi kondisi secara sengaja dan terkontrol dalam menentukan peristiwa atau kejadian akibat dari peristiwa tersebut, yaitu untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusu pada bayi.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi yang datang ke Bidan Praktik Mandiri (BPM) Istri Utami Sleman. Jumlah keseluruhan populasi adalah sekitar 30 bayi. Sampel adalah bagian populasi yang akan diteliti atau sebagian jumlah dari karakteristik yang dimiliki oleh populasi.⁽⁹⁾ Dalam menentukan penelitian ini menggunakan teknik sampel secara *Purposive Sampling* dengan kriteria bayi dalam keadaan sehat, tidak memiliki cacat bawaan, selama penelitian bayi tidak sakit. Kriteria eksklusinya adalah bayi dalam keadaan sakit.

Instrumen penelitian ini berupa kuesioner, formulir observasi, formulir-formulir lain yang berkaitan dengan pencatatan data. Instrumen penelitian ini adalah untuk menentukan frekuensi pemberian ASI dan durasi menyusu berupa data perkembangan selain itu juga ada *checklist* pijat bayi atau cara pemijatan yang digunakan sebagai petunjuk pemijatan. Analisa yang digunakan adalah *Chi-square* dengan α 0,05.

3. Hasil dan Pembahasan

3.1. Hasil

Berdasarkan Tabel 1 dapat terlihat karakteristik responden berdasarkan usia bahwa usia bayi (≤ 4 bulan) lebih banyak sebesar delapan (53,3%) dibanding dengan usia neonatus (0-28 hari) tujuh (46,6%). Gambaran karakteristik responden dijelaskan pada Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Neonatus (0-28 hari)	7	46,6
Bayi (≤ 4 bulan)	8	53,3
Total	15	100

Tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi menyusui bayi sebelum dilakukan pijat bayi dengan frekuensi <5 kali lebih banyak 12 (80%) dibanding frekuensi menyusui ≥ 5 kali sebanyak tiga (20%). Durasi menyusui bayi sebelum dilakukan pijat bayi dengan durasi <5 menit lebih banyak 13 (86,6%) dibanding durasi menyusui ≥ 5 menit sebanyak dua (13,3%).

Tabel 2. Frekuensi Menyusui Bayi Sebelum Dilakukan Pijat Bayi

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Frekuensi Menyusui (dalam 24 jam)		
Frekuensi <5 kali	12	80,0
Frekuensi ≥ 5 kali	3	20,0
Durasi Menyusui		
Durasi <5 Menit	13	86,6
Durasi ≥ 5 Menit	2	13,3

Tabel 3 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi menyusui bayi sesudah dilakukan pijat bayi dengan frekuensi ≥ 5 kali lebih banyak 10 (66,6%) dibanding frekuensi menyusui <5 kali sebanyak lima (33,3%). durasi menyusui bayi sesudah dilakukan pijat bayi dengan durasi ≥ 5 menit lebih banyak sembilan (60%), dibanding dengan durasi menyusui <5 menit enam (40%).

Tabel 3. Frekuensi Menyusui Bayi Sesudah Dilakukan Pijat Bayi

Variabel	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Frekuensi Menyusui (dalam 24 jam)		
Frekuensi <5 kali	5	33,3
Frekuensi ≥ 5 kali	10	66,6
Durasi Menyusui		
Durasi <5 Menit	6	40,0
Durasi ≥ 5 Menit	9	60,0

Tabel 4 menunjukkan hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi didapatkan hasil *p-value* 0,03 (karena *p-value* > 0,05) maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi di BPM Istri Utami Sleman.

Tabel 4. Hasil Uji Pengaruh Pijat Bayi terhadap Frekuensi dan Durasi Menyusui di BPM Istri Utami Sleman

Korelasi	N	Nilai Signifikansi	Koefisien Korelasi
Pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui	15	0,03	0,102

3.2. Pembahasan

3.2.1. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Frekuensi Menyusui pada Bayi

Berdasarkan hasil penelitian uji bivariat pada Tabel 2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi menyusui bayi sesudah dilakukan pijat bayi dengan frekuensi ≥ 5 kali lebih banyak 10 (66,6%) dibanding frekuensi menyusui <5 kali sebanyak lima (33,3%). Pijat bayi dapat dilakukan oleh ibu sendiri di rumah, semakin tinggi pendidikan semakin mudah pula menerima informasi, pada akhirnya pengetahuan yang dimiliki akan semakin bertambah dalam menunjang praktik pijat bayi di rumah.⁽¹⁰⁾ Pendidikan ibu yang ditempuh merupakan salah satu faktor yang mendukung kemampuan seseorang untuk menerima informasi.⁽¹¹⁾

Pemijatan pada bayi memberikan manfaat sangat besar pada perkembangan bayi, baik secara fisik maupun emosional.⁽¹²⁾ Pijat bayi akan merangsang peningkatan aktivitas nervus vagus yang akan menyebabkan penyerapan lebih baik pada system pencernaan. Sehingga bayi akan lebih cepat lapar dan frekuensi menyusui bayi akan semakin sering yang pada akhirnya produksi ASI akan lebih banyak.

Menurut dengan frekuensi pemberian ASI yang baik yaitu sekitar 8-12x/hari akan meningkatkan berat badan dan mencegah kemungkinan terjadi masalah gangguan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi.⁽¹³⁾ Frekuensi menyusui pada bayi akan

sangat mempengaruhi fisik dan emosional bayi yang mana dengan frekuensi menyusui akan meningkatkan kondisi yang tenang kepada bayi dan berat bayi akan bertambah.

3.2.2. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Durasi Menyusui pada Bayi

Berdasarkan hasil penelitian pada uji bivariat pada Tabel 3 terlihat bahwa distribusi durasi menyusui bayi sesudah dilakukan pijat bayi dengan durasi ≥ 5 menit lebih banyak yaitu sembilan (60%), dibanding dengan durasi menyusui < 5 menit sebanyak enam (40%). Ibu yang memijat bayinya mampu memproduksi ASI lebih banyak dibandingkan yang bayinya tidak di pijat.⁽¹⁴⁾ Pada saat menyusui bayinya, mereka merasakan kewalahan karena ASI nya terus menetes dari payudara yang tidak disusukan. Selain itu pijat bayi membuat bayi cepat lapar. Semakin banyak ASI yang di sedot oleh bayi maka produksi ASI makin meningkat. Ini karena dalam proses produksi ASI berlaku hukum *supply and demand*. Artinya makin banyak ASI di keluarkan makin banyak pula ASI di produksi, begitu pula sebaliknya. Adanya informasi tentang pijat bayi ini maka pengetahuan orang tua sangat penting dimana tingkat pendidikan menengah ke atas lebih baik jika dibandingkan dengan pengetahuan orang tua dengan pendidikan menengah ke bawah.⁽¹⁵⁾

3.2.3. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Frekuensi dan Durasi Menyusui pada Bayi

Berdasarkan pada hasil penelitian Tabel 4 hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi didapatkan hasil *p-value* 0,03 (karena *p-value* $> 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi di BPM Istri Utami Sleman. Sebagian besar bayi mendapat frekuensi menyusui dalam kategori baik (75,0%) dengan frekuensi menyusui kurang lebih 8-12x/hari, durasi menyusui dalam kategori baik (96,9%) dengan durasi menyusui kira-kira 10-30 menit dalam setiap kali menyusui dan sebagian besar memiliki pertumbuhan dalam kategori normal.⁽¹⁶⁾ Pijat bayi adalah metode atau teknik dalam asuhan kebidanan neonatus, bayi dan balita dengan melakukan *massage* secara lembut dan berurutan sejak dari wajah sampai ujung kaki, dimana dengan melakukan pemijatan bayi seluruh otot bayi akan relaks, peredaran darah akan menjadi lancar dan tidur bayi akan nyenyak. Selain itu dengan pijat bayi akan meningkatkan frekuensi dan durasi menyusui sehingga bayi akan merasa nyaman dan tenang saat menyusui. Keteraturan bayi selama menyusui harapannya berat badan bayi akan semakin bertambah dan asupan gizi pada bayi akan terpenuhi.

Pijat bayi merangsang nervus vagus akan mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan pada bayi. Peningkatan tonus nervus vagus akan menyebabkan peningkatan enzim penyerapan gastrin dan insulin sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik serta meningkatkan berat badan bayi. Aktivitas nervus vagus meningkatkan volume ASI, penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan aktivitas nervus vagus menyebabkan bayi cepat lapar dan akan lebih sering menyusui pada ibunya sehingga ASI akan lebih banyak diproduksi.⁽⁸⁾

Selain kondisi fisik dan status gizi yang baik pada bayi, pijat bayi akan berefek kepada kondisi fisik dan psikologis ibu nifas. Kondisi fisik pada ibu dapat mempercepat involusi uteri, memperbanyak produksi ASI dan mengembalikan berat badan ibu seperti sebelum hamil. Keadaan psikologis ibu pun akan berangsur-angsur membaik, ibu akan lebih tenang dikarenakan bayi dapat menyusui sesuai jadwal dan ibu akan semakin senang melihat perkembangan bayinya yang semakin besar.

Teknis perlakuan pijat bayi yaitu dilakukan pada saat bayi sehat dan tidak sedang tidur. Dilakukan pada bayi usia 0-6 bulan, dilakukan di tempat yang aman dan nyaman dengan suhu udara yang sesuai dengan kondisi bayi. Persiapan alat yang dibutuhkan adalah minyak bayi, matras, bantal pengaman serta selimut bayi yang lembut. Mekanisme dari perlakuan pijat bayi dilakukan sehari bisa dua kali sebelum mandi pagi atau sore dan minimal dilakukan dua kali dalam seminggu. Sebelum tindakan dilakukan di pantau frekuensi dalam 24 jam dan durasi menyusui jika sudah dinilai baru dilakukan tindakan pijat bayi kurang lebih 15-20 menit, setelah selesai bayi di pakaikan baju dan dibedong lalu di pantau frekuensi dan durasi menyusunya. Berdasarkan hasil uji dan analisis penelitian

ini dapat disimpulkan bahwa teknik pijat bayi berpengaruh terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi.

4. Simpulan

Pijat bayi berpengaruh terhadap frekuensi dan durasi menyusui. Pijat bayi minimal tiga kali seminggu baik dilakukan supaya asupan nutrisi bayi menjadi meningkat dan status gizi bayi baik.

Daftar Pustaka

1. Potter PA, Perry AG. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik*. 4th ed. Jakarta: Buku Kedokteran EGC; 2006.
2. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional, Badan Pusat Statistik, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2012*. MEASURE DHS ICF International; 2013.
3. Purwati Y. Korelasi Partisipasi Ibu Menyusui pada Kelompok Pendamping ASI dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif. *J Kebidanan dan Keperawatan*. 2015 Jun;11(1):73–82.
4. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. *Riset Kesehatan Dasar RISKESDAS 2010*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2010.
5. Dinas Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta. *Profil Kesehatan Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta*. Yogyakarta: Dinkes DIY; 2012.
6. Shoim M, Prawirohartono EP, Julia M. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Umur 4 Bulan. *J Gizi Klin Indones*. 2006 Nov;3(2):67–70.
7. Roesli U. *Pedoman Pijat Bayi Edisi Revisi*. Jakarta: PT Trubus Agriwidya; 2010.
8. Field TM, Schanberg SM, Scafidi F, Bauer CR, Vega-Lahr N, Garcia R, et al. Tactile/kinesthetic stimulation effects on preterm neonates. *Pediatrics*. 1986 May;77(5):654–8.
9. Hidayat AAA. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medika; 2007.
10. Cahyani WI, Rosidi A, Andarsari W. Gambaran Karakteristik Ibu Hamil yang Menderita Kekurangan Energi Kronis (KEK) di Kecamatan Wonosalam Kabupaten Demak. *J Kebidanan*. 2012;1(1).
11. Kramer FM, Stunkard AJ, Marshall KA, McKinney S, Liebschutz J. Breast-feeding reduces maternal lower-body fat. *J Am Diet Assoc*. 1993 Apr;93(4):429–33.
12. Gürol A, Polat S. The Effects of Baby Massage on Attachment between Mother and their Infants. *Asian Nurs Res*. 2012 Mar 1;6(1):35–41.
13. 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.
14. Cyntia M. *Pengaruh Pijat Bayi terhadap Frekuensi Pemberian ASI*. 2000.
15. Mhrshahi S, Oddy WH, Peat JK, Kabir I. Association between infant feeding patterns and diarrhoeal and respiratory illness: a cohort study in Chittagong, Bangladesh. *Int Breastfeed J*. 2008 Nov;3(28):1–10.
16. Purwani T, Darti NA. Hubungan antara Frekuensi, Durasi Menyusui dengan Berat Badan Bayi di Poliklinik Bersalin Mariani Medan. *J Keperawatan Klin*. 2012 Dec;4(1).