PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN FREKUENSI DAN DURASI MENYUSU PADA BAYI

BABY MASSAGE ON IMPROVEMENT FREQUENCY AND DURATION OF BREASTFEEDING A BABY

Happy Marthalena Simanungkalit

Poltekkes Kemenkes Palangka Raya, Indonesia.
E-mail: happy4lena@gmail.com

ABSTRAK

Pemberian pijat bayi, akan memberikan stimulasi pada kulitnya sehingga terjadi potensial aksi pada sistem saraf, yaitu saraf simpatis dan saraf parasimpatis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan jenis penelitian yang digunakan yaitu Quasi Experiment. Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi usia 1-6 bulan di PMB "E" Kota Palangka Raya yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Uji statistik yang digunakan yaitu Uji Manova. Hasil penelitian rata-rata frekuensi menyusui pada bayi sebelum dipijat adalah 7.3 kali per hari dan rata-rata frekuensi menyusui setelah dipijat adalah 11.6 menit. Sedangkan, rata-rata durasi menyusui pada bayi sebelum dipijat adalah 21.50 menit per hari dan rata-rata durasi menyusui setelah dipijat adalah 39.00 menit. Hasil uji statistik frekuensi menyusui menunjukkan nilai $p = 0,000$ karena $<0,05$ maka H_0 ditolak. Hasil uji statistik durasi menyusui diperoleh nilai $p = 0,002$, karena hasil uji yang diperoleh $<0,05$ maka H_0 ditolak. Hasil uji multivariat ada pengaruh yang signifikan dari variabel independen pada semua variabel dependen, nilai p -value menunjukkan $<0,05$. Ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi usia 1-6 bulan di PMB E. Saran bagi petugas kesehatan agar menjadikan terapi pijat bayi sebagai terapi alternatif dalam mendukung ASI eksklusif. Bagi masyarakat khususnya ibu menyusui agar rutin untuk melakukan pijat bayi minimal 2 kali seminggu agar kebutuhan nutrisi bayi terpenuhi karena durasi dan frekuensi menyusui meningkat. Bagi peneliti selanjutnya agar mengembangkan penelitian dengan menggunakan variabel produksi ASI yang belum diteliti terkait dengan pijat bayi dan menyusui.

Kata Kunci: Pijat bayi, frekuensi menyusui, durasi menyusui.

ABSTRACT

Giving a baby massage will stimulate the skin so that action potentials occur in the nervous system, namely the sympathetic nerves and the parasympathetic nerves. This study aims to determine the effect of infant massage on increasing the frequency and duration of breastfeeding in infants. This study is an analytical study with Quasi-Experiment. The population in this study were all infants aged 1-6 months in PMB "E" that met the inclusion and exclusion criteria. The statistical test used is the Manova Test. The results of the average suckling frequency in infants before the massage were 7.3 times per day and the average frequency of breastfeeding after the message was 11.6 minutes. Meanwhile, the average duration of breastfeeding in infants before the message is 21.50 minutes per day and the average duration of breastfeeding after the message is 39.00 minutes. Statistical results of suckling frequency showed a value of $p = 0,000$ because <0.05 then H_0 was rejected. The results of statistical tests of breastfeeding duration were obtained $p = 0.002$ because the test results obtained were <0.05 , then H_0 was rejected. There is effect infant massage on increasing frequency and duration of breastfeeding in infants aged 1-6 months in PMB E. Advice for health workers make infant massage therapy an alternative therapy in supporting exclusive breastfeeding. Routinely baby massage at least 2 times a week so that the baby needs are met because of the duration and frequency of breastfeeding increases.

Keywords: Baby massage, breastfeeding frequency, duration of breastfeeding

PENDAHULUAN

Cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi di Kota Palangka Raya mencapai 14,99% lebih rendah bila dibandingkan dengan tahun sebelumnya dan target pemerintah untuk capaian pemberian ASI eksklusif adalah 80%.

Pijat bayi menyebabkan bayi menjadi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif sehingga ketika bayi terbangun akan membawa energi cukup untuk beraktivitas. Bayi menjadi cepat lapar saat beraktifitas dengan optimal, sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus (sistem saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dada dan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltik untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan, sehingga bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar. Penelitian Falikhah dan Hidayat menyatakan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi menyusui bayi usia 0-3 bulan.²

Penelitian ini dilakukan di Praktik Mandiri Bidan milik bidan "E" yang merupakan salah satu Praktik Mandiri Bidan di Kota Palangka Raya dengan fasilitas pijat dan spa bayi dan balita dengan kunjungan yang banyak. Rata-rata kunjungan 60-70 orang setiap bulannya. Penelitian dilakukan di PMB karena jumlah sampel yang banyak dan waktu penelitian yang singkat, maka responden yang datang ke PMB sesuai jadwal pijat bayi. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui bayi di PMB E.

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Bagaimana pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui bayi? Pijat merupakan salah satu bentuk dari terapi sentuh yang berfungsi sebagai salah satu teknik pengobatan penting. Pijat bayi adalah seni tradisional yang menggabungkan sentuhan pengasuhan pada bayi yang dilakukan oleh orang tua, pengasuh atau terapis meliputi gerakan-gerakan dan teknik pijat.³ ASI

Eksklusif adalah bayi hanya diberi ASI saja selama 6 bulan, tanpa tambahan cairan lain. Menurut penelitian Purwani & Darti (2012) bahwa sebagian besar bayi mendapat frekuensi menyusui dalam kategori baik (75,0%) dengan frekuensi menyusui kurang lebih 8-12 x/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.³

METODE

Penelitian ini bersifat *Quasi Eksperimental Design* dengan pendekatan *Non Equevalen Control Group*. Lokasi penelitian ini di PMB "E" kota Palangka Raya pada bulan Juli-Oktober 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi 1-6 bulan di PMB "E" kota Palangka Raya sebanyak 20 orang.

Sampel dalam penelitian ini adalah semua bayi 1-6 bulan di PMB "E" kota Palangka Raya yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Perhitungan besar sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus besar sampel untuk eksperimen diperoleh sampel sebesar 20 responden pada setiap kelompok perlakuan maupun kelompok kontrol, untuk mengurangi tingkat kesalahan ditambahkan 10% sehingga jumlah responden menjadi 22 responden untuk kelompok perlakuan maupun kontrol.

Kriteria Inklusi: Bayi usia 1-6 bulan, bayi sehat (Tidak ada kelainan), bayi lahir cukup bulan, berat badan lahir normal (≥ 2500 gram dan ≤ 4000 gram), ASI eksklusif, menyusui pada payudara kiri dan kanan, bayi tunggal. Kriteria Eksklusi: Bayi sakit saat pelaksanaan penelitian.

Variabel independen adalah pijat bayi dan variabel dependen adalah frekuensi dan durasi menyusui. Kelompok kontrol dan perlakuan sebelum diberikan perlakuan dilakukan pretest terlebih dahulu. Pada kelompok kontrol diberikan leaflet tentang pijat bayi. Kemudian dilakukan pijat bayi pada kelompok intervensi selama 1 minggu, sebanyak 2x/minggu selama 15 menit. Setelah 1 minggu kemudian dilakukan post test pada kelompok perlakuan dan kontrol.

HASIL

Tabel 1. Deskriptif Frekuensi dan Durasi Menyusu pada Bayi

Variabel	Pijat Bayi	Mean	Std. Deviation	N
Frekuensi Menyusu	Pre Test Pijat	7,30	0,949	10
	Post Test Pijat	11,60	1,265	10
	Pre Test Kontrol	8,80	1,398	10
	Post Test Kontrol	9,20	1,932	10
	Total	9,23	2.082	40
Durasi Menyusu	Pre Test Pijat	21,50	5,798	10
	Post Test Pijat	39,00	7,379	10
	Pre Test Kontrol	31,00	11,738	10
	Post Test Kontrol	34,00	11,972	10
	Total	31,37	11,265	40

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa rata-rata frekuensi menyusu pada bayi sebelum dipijat adalah 7,3 kali per hari dengan standar deviasi 0,949 dan rata-rata frekuensi menyusu pada post test adalah 11,6 kali dengan standar deviasi 1,265. Sedangkan pada bayi yang tidak dilakukan pemijatan bahwa rata-rata frekuensi menyusu pada bayi pre test adalah 8,8 kali per hari dengan standar deviasi 1.398 dan rata-rata frekuensi menyusu pada post test adalah 9,23 kali dengan standar deviasi 2,082.

Rata-rata durasi menyusu pada bayi sebelum dipijat adalah 21,50 menit per hari dengan standar deviasi 5,798 dan rata-rata durasi menyusu pada post test adalah 39,00 menit dengan standar deviasi 7,379. Sedangkan pada bayi yang tidak dilakukan pemijatan bahwa rata-rata durasi menyusu pada bayi pre test kontrol adalah 31,00 menit per hari dengan standar deviasi 11,738 dan rata-rata durasi menyusu pada post test adalah 34,00 menit dengan standar deviasi 11,972.

Tabel 2. Analisis Bivariat Frekuensi dan Durasi Menyusu pada Bayi

Source	Dependent variable	Type III Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Pijat	Frekuensi Menyusu	95,275	3	31,758	15,513	0,000
	Durasi Menyusu	1626,875	3	542,292	5,876	0,002

Berdasarkan tabel 2 diketahui hasil uji statistik frekuensi menyusu pada tabel 5,2 menunjukkan nilai $p=0,000$ karena $<0,05$ maka H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara pijat bayi dengan frekuensi menyusu bayi. Hasil uji

statistik durasi menyusu diperoleh nilai $p=0,002$, karena hasil uji yang diperoleh $<0,05$ maka H_0 ditolak. Hal ini berarti ada pengaruh antara pijat bayi dengan durasi menyusu.

Tabel 3. Analisis Bivariat Frekuensi dan Durasi Menyusu pada Bayi

Effect		Value	F	Hypothesis df	Error df	Sig.
Pijat	Pillai's trace	0,640	5,645	6,000	72,000	0,000
	Wilks' Lambda	0,388	7,062 ^b	6,000	70,000	0,000
	Hotelling's Trace	1,505	8,531	6,000	68,000	0,000
	Roy's Largest Root	1,456	17,474 ^c	3,000	36,000	0,000

Berdasarkan tabel 3 diketahui ada pengaruh yang signifikan dari variabel independen pada semua variabel dependen. Keempat nilai p -value menunjukkan $<0,05$.

PEMBAHASAN

Pada tabel 1 menunjukkan bahwa rata-rata frekuensi menyusu bayi sebelum dilakukan pijat bayi adalah 7.3 kali dan sesudah dilakukan pijat bayi meningkat

menjadi 11.6 kali. Menurut penelitian Purwani & Darti (2012) bahwa sebagian besar bayi mendapat frekuensi menyusui dalam kategori baik (75,0%) dengan frekuensi menyusui kurang lebih 8-12 x/hari setelah dipijat.³

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

Pijat bayi berpengaruh terhadap frekuensi dan durasi menyusui dengan p value 0,03 yang artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi. Penelitian Farida, dkk (2018) menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi dengan frekuensi menyusui pada bayi dan tidak ada pengaruh pijat bayi dengan durasi menyusui pada bayi.⁵ Hasil penelitian Dieter JNI dkk menunjukkan bahwa terdapat peningkatan berat badan yang lebih pada bayi prematur yang dipijat daripada bayi prematur yang tidak dipijat.⁶

Hasil uji statistik frekuensi menyusui pada table 5.2 nilai $p = 0,000$ karena $< 0,05$ maka H_0 ditolak. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh antara pijat bayi dengan frekuensi menyusui bayi. Hasil penelitian ini sejalan dengan Fatimah L, 2014 yaitu ada Hubungan Frekuensi Pemberian ASI Eksklusif Pada Masa Nifas Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Minggu.⁷ Pijat bayi menyebabkan bayi menjadi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif sehingga ketika bayi terbangun akan membawa energi cukup untuk beraktivitas. Bayi menjadi cepat lapar saat beraktivitas dengan optimal sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus (sistem saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dadadan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltik untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan, sehingga bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar.⁷

Pada Tabel 1 Diketahui bahwa rata-rata durasi menyusui pada bayi sebelum dipijat adalah 21.50 menit per hari dan rata-rata durasi menyusui pada post test adalah 39.00 menit. Menurut penelitian Purwani &

Darti (2012) bahwa sebagian besar durasi menyusui bayi 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.³

Berdasarkan hasil uji statistik pada tabel 2.1 durasi menyusui diperoleh nilai $p = 0.002$, karena hasil uji yang diperoleh < 0.05 maka H_0 ditolak. Hal ini berarti ada pengaruh antara pijat bayi dengan durasi menyusui. Hasil penelitian yang sama menurut Fitriahadi tahun 2016, 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.⁸

Hasil penelitian ini sejalan dengan Kundarti FI tahun 2011 bahwa ada pengaruh pijatan terhadap kenaikan berat badan dan lama tidur bayi usia 1 sampai 3 bulan.⁹ Pijat bayi menyebabkan bayi menjadi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif sehingga ketika bayi terbangun akan membawa energi cukup untuk beraktivitas. Bayi menjadi cepat lapar saat beraktivitas dengan optimal sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus (sistem saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dengan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltik untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan, sehingga bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar.

KESIMPULAN DAN SARAN

Pijat bayi mempengaruhi Frekuensi menyusui dan durasi menyusui pada bayi. Saran bagi petugas kesehatan agar menjadikan terapi pijat bayi sebagai terapi alternatif dalam mendukung ASI eksklusif. Bagi masyarakat khususnya ibu menyusui agar rutin untuk melakukan pijat bayi setiap hari oleh orang tua bayi atau minimal 2 kali seminggu. Kebutuhan nutrisi bayi terpenuhi karena durasi dan frekuensi menyusui meningkat. Bagi peneliti selanjutnya agar mengembangkan penelitian dengan menggunakan variabel lain seperti produksi ASI yang belum diteliti terkait dengan pijat bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti berterima kasih kepada tempat penelitian Praktik Bidan Mandiri milik bidan “E” yang telah memfasilitasi peneliti selama proses pengambilan data ini berlangsung.

DAFTAR PUSTAKA

1. Roesli U. *Pedoman pijat bayi edisi revisi*. Jakarta. PT.Trubus Agriwidy; 2010.
2. Falikhah A & Hidayat A. *Pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi menyusui pada bayi 03 bulan di BPS Dini Melani Condong Catur Sleman Yogyakarta*. Unisa Digital Library; 2011.
3. Purwani & Darti. *Hubungan Antara Frekuensi, Durasi Menyusui dengan Berat Badan Bayi di Poliklinik Bersalin Mariani Medan*. Jurnal Keperawatan Klinis Vol 4 No 1; 2012.
4. Fitrihadi. *Pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi*. Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol.10 No.2 September; 2016.
5. Farida Y, Mardianti, Komalasari L. *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi usia 1-3 bulan*. Jurnal Kebidanan Vol.7 No.1 ; 2018.
6. Dieter JN, Field T, Hernandez M, Eugene, Redzepi M. *Stable preterm infant gain more weight and sleep less after five days of massage therapy*. Journal of pediatric psychology vol 28, no 6; 2014.
7. Fatimah L. *Hubungan Frekuensi Pemberian ASI Eksklusif Pada Masa Nifas Dengan Penambahan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Minggu*. Jurnal Eduhealth Vol 4 No 1 April ; 2014.
8. Fitrihadi Enny. *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi*. Jurnal kesehatan Masyarakat. Vol. 10 No. 2; 2016.
9. Kundarti FI. *Pengaruh pemijatan terhadap kenaikan berat badan dan lama tidur bayi usia 1 sampai 3 bulan*. Jurnal penelitian kesehatan suara forikes vol II; 2011