

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN  
FREKUENSI DAN DURASI MENYUSU PADA BAYI DI  
PUSKESMAS PATRANG**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**RENSA NOR JANAH**

**NIM. 19050038**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS dr. SEOBANDI**

**JEMBER**

**2023**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN  
FREKUENSI DAN DURASI MENYUSU PADA BAYI  
DI PUSKESMAS PATRANG**

**SKRIPSI**

Untuk Memenuhi Dalam Rangka  
Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan



**Oleh:**

**Rensa Nor Janah**

**NIM 19050038**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS dr. SEOBANDI  
JEMBER  
2023**

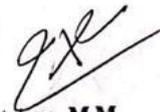
## HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar skripsi pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana

Universitas dr. Soebandi

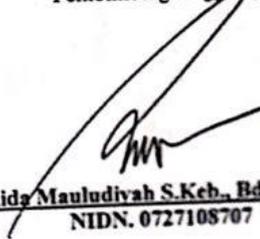
Jember, 27 Juli 2023

Pembimbing Utama,



**Sutrisno, M.M**  
NIDN. 40060355

Pembimbing Anggota,



**Zaida Mauludivah S. Keb., Rd., M. Keb**  
NIDN. 0727108707

### HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang* telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada:

Hari : Rabu  
Tanggal : 16 Agustus 2023  
Tempat : Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji  
Ketua Penguji,



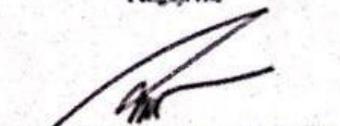
Eni Subiastutik, S. Kep., Ns., M. Sc  
NIDN. 4028056801

Penguji II,



Sutrisno, M.M  
NIDN. 40060355

Penguji III,



Zaida Maulidiah S.Keb., Ed., M.Keb  
NIDN. 0704078804



## PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rensa Nor Janah

NIM : 19050038

Program Studi : Kebidanan Program Sarjana

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau hasil tulisan orang lain.

Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan bahwa sebagian atau keseluruhan skripsi ini adalah karya orang lain atau ditemukan adanya pelanggaran terhadap etika keilmuan dalam skripsi, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jember, 27 Juli 2023

Yang menyatakan,



**Rensa Nor Janah**

**Nim. 19050038**

# **SKRIPSI**

## **PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN FREKUENSI DAN DURASI MENYUSU PADA BAYI DI PUSKESMAS PATRANG**

Oleh:

Rensa Nor Janah

NIM 19050038

Pembimbing

Dosen Pembimbing Utama : Sutrisno M.M

Dosen Pembimbing Anggota : Zaida Mauludiyah S.Keb., Bd., M.Keb

## **LEMBAR PERSEMBAHAN**

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan Rahmat dan Hidayahnya yang selalu memberikan kemudahan, petunjuk, kekuatan dan keyakinan sehingga saya bisa menyelesaikan skripsi ini dengan tepat waktu. Skripsi ini dengan sepenuh hati, saya persembahkan kepada :

1. Keluarga terutama kedua orang tua yang telah memberikan kasih sayang, dukungan moral dan finansial serta doa tak henti-hentinya, sehingga hal tersebut menjadi semangat saya untuk mampu menyelesaikan pendidikan S1 Kebidanan dengan tepat waktu.
2. Bapak/Ibu Dosen Universitas dr. Soebandi Jember yang telah mengajar, memberikan arahan dan membimbing saya selama 4 tahun dalam menempuh pendidikan S1 Kebidanan.
3. Almamater yang saya banggakan Universitas dr. Soebandi.
4. Sahabat-sahabat saya, kekasih saya dan teman kuliah saya yang memberikan support dan juga selalu menjadi tempat keluh kesah saya dalam menghadapi pengerjaan skripsi.

## MOTTO

“Salah satu pengkerdilan terkejam dalam hidup adalah membiarkan pikiran yang cemerlang menjadi budak bagi tubuh yang malas, yang mendahulukan istirahat sebelum lelah.”

—Buya Hamka—

”Orang yang meraih kesuksesan tidak selalu orang yang pintar, tapi orang yang selalu meraih kesuksesan adalah orang yang gigih dan pantang menyerah”

—Susi Pujiastuti—

“Mengeluh hanya akan membuat hidup kita tertekan. Sedangkan bersyukur akan senantiasa membawa kita pada jalan kemudahan “

—Rensa Nor Janah—

## ABSTRAK

Nor Janah, Rensa \*.Sutrisno \*\*,Mauludiyah, Zaida \*\*\*,2023. **Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang.** Skripsi. Program Studi Kebidanan Program Sarjana Universitas dr.Soebandi.

**Latar Belakang:** ASI merupakan makanan utama dan terbaik bagi bayi yang bersifat alamiah. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Hal yang penting bagi pertumbuhan bagi bayi dan anak adalah nutrisi sebagai pondasi bagi pertumbuhan dan perkembangan anak. Cakupan pemberian ASI Eksklusif pada puskesmas Patrang yaitu adalah 36,25%. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi.

**Metode Penelitian:** Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah desain pra-eksperimental dengan pendekatan *one grup pretest posttest*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel berjumlah 15 responden. Analisa data dengan menggunakan uji *wilcoxon test*.

**Hasil Penelitian:** Berdasarkan hasil penelitian pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi. Didapatkan hasil nilai uji signifikansi nilai p-value yang diperoleh melalui uji *wilcoxon test* yaitu menunjukkan hasil pada frekuensi sebelum dan sesudah diberi pijat dengan nilai  $P\text{-value}=0,001 < \alpha=0,05$ . Hasil nilai dari durasi sebelum dan sesudah diberi pijat  $P\text{-value}=0,005 < \alpha=0,05$

**Kesimpulan:** Berdasarkan dari uji *wilcoxon test* menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima yang artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi di Puskesmas Patrang.

**Kata Kunci:** Pijat bayi, Frekuensi dan Durasi.

\*Peneliti : Rensa Nor Janah

\*\*Pembimbing I : Sutrisno M.M

\*\*\*Pembimbing II : Zaida Mauludiyah S.Keb., Bd., M.Keb

## ABSTRACT

Nor Janah, Rensa \*.Sutrisno \*\*, Mauludiyah, Zaida \*\*\*, 2023. **The Effect of Infant Massage on Increasing the Frequency and Duration of Breastfeeding in Infants at Patrang Health Center.** Thesis. Midwifery Study Program of Dr.Soebandi University Undergraduate Program.

**Background:** Breast milk is the main and best food for babies that is natural. Breast milk contains various nutrients needed in the process of growth and development of the baby. The important thing for growth for infants and children is nutrition as a foundation for the growth and development of children. Exclusive breastfeeding coverage at Patrang health center is 36.25%. The purpose of this study was to determine the effect of baby massage on increasing the frequency and duration of breastfeeding in infants.

**Research Methods:** The research design used in this study was a pre-experimental design with a one group pretest posttest approach. Sampling using purposive sampling technique. The sample amounted to 15 respondents. Data analysis using paired T-Test test.

**Research Results:** Based on the results of research on the effect of baby massage on increasing the frequency and duration of breastfeeding in infants. The results of the significance test value of the p-value obtained through the Wilcoxon test showed the results on the frequency before and after being given a massage with a value of  $P\text{-value}=0.001 < \alpha=0.05$ . The results of the value of the duration before and after being given a massage  $P\text{-value}=0.005 < \alpha=0.05$

**Conclusion:** Based on the Wilcoxon test, it shows that  $H_a$  is accepted, which means that there is an effect of baby massage on increasing the frequency and duration of breastfeeding in infants at the Patrang Health Center.

**Keywords:** Baby Massage, Frequency and Duration.

\*Researcher: Rensa Nor Janah

\*\*Supervisor I: Sutrisno M.M

\*\*\*Supervisor II: Zaida Mauludiyah S.Keb., Bd., M.Keb

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji dan syukur bagi Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat serta hidayah-Nya sehingga penyusunan Skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan penelitian skripsi dalam rangka memperoleh gelar Sarjana Kebidanan di Program Studi Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi dengan judul “**Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang**”. Selama proses penyusunan penulis dibantu dan dibimbing oleh berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Andi Eka Pranata, S.ST., S. Kep., Ns. M. Kes selaku Rektor Universitas dr. Soebandi
2. Feri Eka Prasetya, S.Kep., Ns., M.Kep selaku Wakil Rektor I Universitas dr. Soebandi.
3. apt. Lindawati Setyaningrum, M. Farm selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi.
4. Ai Nur Zannah, S. ST., M. Keb selaku Wakil Rektor 1 Universitas dr. Soebandi.
5. Zaida Mauludiyah, S.Keb., Bd., M.Keb selaku Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas dr. Soebandi dan selaku Dosen Penguji Anggota 2.
6. Eni Subiastutik, S. Kep., Ns., M. Sc selaku Ketua Dosen Penguji
7. Sutrisno, M.M selaku Dosen Pembimbing Utama dan Penguji Anggota 1.

Penulis tentu menyadari bahwa Skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Penulis mengharapkan kritik serta saran dari semua pihak demi kesempurnaan Skripsi ini. Semoga Skripsi ini dapat bermanfaat. Akhir kata penulis mengucapkan terima kasih.

Jember, 06 Maret 2023

Penulis

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	Error! Bookmark not defined.
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN ORSINILITAS</b> .....	<b>iv</b>
<b>SKRIPSI</b> .....	<b>v</b>
<b>LEMBAR PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>vii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>ix</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1    Latar Belakang.....	1
1.2    Rumusan Masalah.....	3
1.3    Tujuan .....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	3
1.4    Manfaat .....	4
1.4.1 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan.....	4
1.4.2 Bagi Masyarakat .....	4
1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti.....	5
1.5    Keaslian Penelitian .....	6
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>7</b>
2.1.    Konsep Bayi .....	7
2.1.1.    Pengertian Bayi .....	7
2.1.2.    Perkembangan Dan Pertumbuhan Pada Bayi.....	7
2.1.3.    Tahapan-tahapan Tumbuh Kembang Bayi .....	8
2.2.    Konsep ASI .....	9
2.2.1.    Definisi ASI Eksklusif .....	9

2.2.2.	Kandungan Pada ASI.....	11
2.2.3.	Manfaat ASI Eksklusif.....	13
2.2.4.	Faktor Penyebab ASI Kurang .....	18
2.3.	Konsep Laktasi .....	19
2.3.1	Deifinisi Laktasi .....	19
2.3.2	Fisiologi Laktasi.....	19
2.3.3	Definisi Manajemen Laktasi.....	23
2.3.4	Masalah Menyusui.....	23
2.3.5	Teknik Menyusui yang Benar.....	24
2.3.6	Frekuensi Menyusu.....	26
2.3.7	Durasi Menyusu.....	28
2.4.	Konsep Pijat Bayi .....	30
2.4.1	Definisi Pijat Bayi.....	30
2.4.2	Manfaat Pijat Bayi.....	31
2.4.3	Fisiologi Pijat Bayi.....	32
2.4.4	Waktu Pemijatan Pijat Bayi.....	35
<b>BAB 3</b>	<b>KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>36</b>
3.1.	Kerangka Konsep .....	36
3.2.	Hipotesis Penelitian .....	37
<b>BAB 4</b>	<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>38</b>
4.1.	Jenis Penelitian dan Desain Penelitian.....	38
4.2.	Lokasi dan Waktu Penelitian.....	38
4.2.1	Lokasi Penelitian.....	38
4.2.2	Waktu Penelitian.....	38
4.3.	Populasi dan Sampel .....	38
4.3.1	Populasi.....	38
4.3.2	Sampel.....	39
4.4.	Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....	40
4.4.1	Jenis Data.....	40
4.4.2	Alat Pengumpulan Data.....	40
4.5.	Definisi Operasional .....	41

4.6.	Teknik Pengumpulan Data .....	41
4.7.	Teknik Analisis Data .....	43
4.7.1	Analisis Univariat.....	44
4.7.2	Analisis Bivariat.....	45
4.8.	Etika Penelitian.....	45
4.8.1	Uji Etik.....	45
4.8.2	Informant Consent.....	46
4.8.3	Anonymity.....	46
4.8.4	Confidentially.....	46
<b>BAB 5</b>	<b>HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>47</b>
5.1.	Data Umum .....	47
5.1.1	Karakteristik ibu responden berdasarkan umur.....	47
5.1.2	Karakteristik ibu responden berdasarkan pekerjaan.....	47
5.1.3	Karakteristik ibu responden berdasarkan paritas.....	48
5.1.4	Karakteristik responden berdasarkan usia.....	48
5.1.5	Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin.....	48
5.2.	Data Khusus .....	49
5.2.1	Mengidentifikasi peningkatan frekuensi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.....	49
5.2.2	Mengidentifikasi peningkatan durasi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.....	49
5.2.3	Mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi.....	50
<b>BAB 6</b>	<b>HASIL PENELITIAN.....</b>	<b>51</b>
6.1.	Data Khusus .....	51
6.1.1	Peningkatan frekuensi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.....	51
6.1.2	Peningkatan durasi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.....	52
6.1.3	Menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi.....	53
6.1.4	Keterbatasan peneliti.....	55
<b>BAB 7</b>	<b>KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>	<b>56</b>

7.1. Kesimpulan.....	56
7.2. Saran .....	56
7.2.1 Bagi Institusi.....	56
7.2.2 Bagi Instansi Kesehatan.....	57
7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>58</b>

## DAFTAR TABEL

<b>Tabel 1.1</b> Keaslian Penelitian .....	6
<b>Tabel 4.1</b> Definisi Operasional .....	41
<b>Tabel 4.2</b> Interpretasi nilai frekuensi .....	44
<b>Tabel 5.1</b> Distribusi frekuensi berdasarkan usia ibu responden .....	47
<b>Tabel 5.2</b> Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan ibu responden.....	47
<b>Tabel 5.3</b> Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia.....	48
<b>Tabel 5.4</b> Distribusi frekuensi responden berdasarkan jenis kelamin.....	48
<b>Tabel 5.5</b> Distribusi frekuensi responden berdasarkan paritas.....	48
<b>Tabel 5.6</b> Frekuensi menyusui pada bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.....	49
<b>Tabel 5.7</b> Durasi menyusui pada bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi.....	49
<b>Tabel 5.8</b> Distribusi Hasil <i>wilcoxon test</i> pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi.....	50

## DAFTAR GAMBAR

<b>Gambar 1.1</b> Kerangka Konsep .....	36
---	----

## DAFTAR LAMPIRAN

<b>Lampiran 1.</b> Jadwal Kegiatan Penelitian .....	60
<b>Lampiran 2.</b> Surat Layak Etik.....	61
<b>Lampiran 3.</b> Surat Permohonan Izin Penelitian Kepada Bakesbangpol .....	62
<b>Lampiran 4.</b> Surat Rekomendasi Dinas Kesehatan Jember .....	63
<b>Lampiran 5.</b> Permohonan Menjadi Sampel Penelitian.....	64
<b>Lampiran 6.</b> Inform Consent.....	65
<b>Lampiran 7.</b> Lembar Observasi .....	66
<b>Lampiran 8.</b> SOP Pijat Bayi .....	67
<b>Lampiran 9.</b> Tabulasi Frekuensi .....	79
<b>Lampiran 10.</b> Tabulasi Durasi .....	80
<b>Lampiran 11.</b> Hasil SPSS Uji Normalitas .....	81
<b>Lampiran 12.</b> Hasil SPSS Uji Wilcoxon Test .....	82
<b>Lampiran 13.</b> Sertifikat Terapis.....	83
<b>Lampiran 14.</b> Dokumentasi .....	84

## DAFTAR SIMBOL DAN SINGKATAN

AA	: Arachidonic Acid
As	: Arsen
ASI	: Air susu ibu
Bi	: Bismut
BPM	: Bidan Praktik Mandiri
C	: kontingensi
Ca	: Kalsium
Cu	: Karbon
DHA	: <i>Docosahexanoic acid</i>
<i>fo</i>	: Frekuensi Observasi
<i>Fe</i>	: jumlah yang diharapkan
Fe	: Zat Besi
Hg	: Raksa
IMD	: Inisiasi Menyusui Dini
Kemenkes	: Kementerian Kesehatan
Mn	: Mangan
ODC	: ornithine decarboxylase
Pb	: Timbal
Riskesdas	: Riset Kesehatan dasar
SDM	: Sumber Daya Manusia
SOP	: Standar Operasional prosedur
WHO	: <i>World Health Organization</i>
O <sub>1</sub>	: Sebelum diberi pijat bayi
O <sub>2</sub>	: Sesudah diberi pijat bayi
X	: Pemberian pijat bayi

## **BAB 1 PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

ASI merupakan makanan utama dan terbaik bagi bayi yang bersifat alamiah. ASI mengandung berbagai zat gizi yang dibutuhkan dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Hal yang penting bagi pertumbuhan bagi bayi dan anak adalah nutrisi sebagai pondasi bagi pertumbuhan badan yang sehat yang akan mendukung perkembangan yang sehat. Rendahnya pemahaman ibu, keluarga, dan masyarakat mengenai pentingnya ASI bagi bayi mengakibatkan program pemberian ASI eksklusif tidak berlangsung secara optimal. Rendahnya pengetahuan dan kurangnya dukungan menyusui menyebabkan ibu tidak memberikan ASI pada bayinya terutama 0-6 bulan usia bayi. Hal tersebut berakibat buruk pada bayi, hal terburuk dapat menyebabkan bayi enggan menyusu atau asing terhadap puting.

Menurut WHO angka pemberian ASI Eksklusif tahun 2020 sebesar 44% dari target 50%. Pada Indonesia pemberian ASI eksklusif tahun 2021 yaitu sebesar 56,9% dengan target pencapaian pemberian ASI Eksklusif yaitu 40%. Cakupan pemberian ASI Eksklusif di Jawa Timur tahun 2021 yaitu 79% dengan target 45%. Berdasarkan data profil Kesehatan Kabupaten Jember Tahun 2021 diketahui bahwa jumlah bayi yang mendapat ASI eksklusif sebesar 63,3% dengan target 80%. Pada Wilayah Puskesmas Patrang jumlah capaian bayi penerima ASI eksklusif pada tahun 2021 adalah 36,25% dengan target 50%.

Dengan data di atas dapat disimpulkan bahwa Wilayah Patrang capaian pemberian ASI Eksklusif tergolong rendah.

Rendahnya pemberian ASI eksklusif oleh ibu menyusui di Indonesia disebabkan oleh faktor internal dan eksternal. Faktor internal meliputi rendahnya pengetahuan ibu salah satunya tentang manfaat pijat bayi dan faktor eksternal meliputi kurangnya dukungan keluarga, masyarakat, petugas kesehatan maupun pemerintah, gencarnya promosi susu formula, faktor sosial budaya serta kurangnya ketersediaan fasilitas pelayanan kesehatan ibu dan anak (Notoatmodjo, 2016). Bayi yang tidak diberi ASI eksklusif memiliki daya tahan tubuh yang rendah dibandingkan bayi yang diberi ASI eksklusif. Hal ini dapat membuat bayi lebih rentan mengalami berbagai penyakit yang disebabkan oleh infeksi di dalam tubuh.

Salah satu upaya untuk meningkatkan cakupan pemberian ASI eksklusif adalah dengan memberikan pijatan pada bayi. Bayi yang diberikan pijatan akan mengalami peningkatan tonus nervus vagus yang akan membuat enzim penyerapan gastrin dan insulin naik, sehingga penyerapan terhadap sari makananpun menjadi lebih baik. Penyerapan makanan yang baik ini menyebabkan bayi cepat lapar dan karena itu bayi lebih sering menyusui. Stimulus isapan bayi akan mengirim pesan ke hipotalamus yang merangsang hipofisis anterior untuk melepas prolaktin dan meningkatkan produksi ASI. Jumlah prolaktin yang disekresikan dan jumlah ASI yang diproduksi, berkaitan dengan frekuensi dan lama bayi menghisap. (Ritonga et al., 2020)

Pijat bayi atau yang disebut terapi sentuh, bermanfaat untuk perubahan fisiologis yang menguntungkan pada bayi (Fazrin et al., 2021). Perubahan fisiologis yang terjadi karena adanya pijat bayi diantaranya yaitu dapat meningkatkan kualitas tidur bayi, meningkatkan motorik bayi, meningkatkan nafsu makan bayi, dan meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui pada bayi. Berdasarkan uraian yang telah disampaikan di atas, penelitian ini fokus terhadap pijat bayi yang memiliki hubungan pada durasi dan frekuensi menyusui pada bayi. Penelitian ini merupakan salah satu cara kecil untuk memenuhi pencapaian target ASI Eksklusif di Kecamatan Patrang. Pijat bayi merupakan salah satu cara yang efektif dapat meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui bayi (Situmorang et al., 2022).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah terdapat pengaruh antara pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi di Puskesmas Patrang.

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi di Puskesmas Patrang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Secara lebih rinci, penelitian ini memiliki tujuan khusus sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi frekuensi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi di Puskesmas Patrang.
- b. Mengidentifikasi durasi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi di Puskesmas Patrang.
- c. Menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi di Puskesmas Patrang.

## **1.4 Manfaat**

### **1.4.1 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi seluruh mahasiswa kesehatan di Universitas dr. Soebandi dan bisa menambah wawasan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui.

### **1.4.2 Manfaat Bagi Masyarakat**

Manfaat penelitian ini terhadap masyarakat umumnya pada ibu menyusui yaitu dapat memberikan informasi tentang pentingnya melakukan pijat bayi dengan harapan agar bayi mendapatkan nutrisi yang tercukupi.

### **1.4.3 Manfaat Bagi Peneliti**

Proses penelitian ini tentunya menambah wawasan dan pengetahuan peneliti terutama tentang metode pijat bayi dalam meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui pada bayi.

## 1.5 Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian dengan topik terkait pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi pernah dilakukan, namun dengan lokus dan usia bayi yang berbeda dengan penelitian ini, diantaranya yaitu:

**Tabel 1.1** Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Jurnal	Kesamaan	Perbedaan
1.	Siti Qomariah, Sara Herlina, Wiwi Sartika	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Menyusu Pada Bayi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desain <i>pre-eksperimen</i></li> <li>2. Alat ukur yang digunakan</li> <li>3. Teknik pengambilan sampel</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tempat dan waktu penelitian</li> <li>2. Responden yang digunakan bayi usia 0-12 bulan</li> <li>3. Jumlah responden</li> </ol>
2.	Annisa Falikhah, Asri Hidayat	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Menyusu Bayi Usia 0-3 Bulan Di BPS Dini Melani Condong Catur Sleman Yogyakarta	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Desain penelitian <i>pre-eksperimen</i></li> <li>2. Alat ukur yang digunakan</li> <li>3. Teknik pengambilan data</li> <li>4. Teknik pengambilan Sampel</li> <li>5. Jumlah responden</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tempat dan waktu penelitian</li> <li>2. Responden yang digunakan bayi usia 0-3 bulan</li> <li>3. Jumlah responden</li> </ol>
3.	Siti Choirul Dwi Astuti, Emi Br Barus	Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Menyusu Bayi	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Teknik pengambilan data</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Tempat dan waktu penelitian</li> <li>2. Jumlah responden</li> </ol>

## **BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA**

### **2.1 Konsep Bayi**

#### **2.1.1 Pengertian Bayi**

Bayi baru lahir normal adalah bayi yang lahir dengan umur kehamilan 37 minggu sampai 42 minggu dengan berat lahir normal 2.500 gram sampai 4000 gram, dan cukup bulan, dan juga langsung menangis dan tidak ada cacat bawaan. Bayi merupakan makhluk yang sangat peka dan halus. Bayi akan terus tumbuh dan berkembang dengan sehat sangat bergantung pada proses kelahiran dan perawatannya. Bayi adalah masa tahapan pertama kehidupan seorang manusia setelah lahir dari rahim seorang ibu. (Marni, 2019).

#### **2.1.2 Perkembangan Dan Pertumbuhan Bayi**

Pertumbuhan dikaitkan dengan perubahan kuantitas, ukuran dan dimensi pada tingkat sel dan organ. Pertumbuhan pada masa kanak-kanak mengalami perbedaan yang bervariasi sesuai dengan ketika anak bertambah besar. Pertumbuhan fisik biasanya dimulai dari arah kepala sampai kaki. Terdapat perbedaan antara konsep pertumbuhan bayi dan perkembangan bayi, Konsep pertumbuhan lebih kearah pada fisik yang berarti penambahan berat badan bayi. Didalam ini terjadi dengan pertumbuhan organ bayi seperti tulang, gigi, organ dalam, dll. Sementara itu, konsep perkembangan lebih kearah pada aspek psikologis, yang mempengaruhi aspek sosial, emosional dan kecerdasan (Marni, 2019).

### 2.1.3 Tahapan-tahapan tumbuh kembang

Sebelum menjelaskan tentang pemantauan pertemuan tumbuh kembang anak, maka pertama-pertama yang perlu dipahami terlebih dahulu yaitu tahapan-tahapan tumbuh kembang anak yang normal. Tahapan pertumbuhan dan perkembangan bayi 6 - 60 bulan yang sehat, dan dirangkum dari(Siswanti, 2019).

#### 1) Bayi usia 1 bulan

- (1). Berat 3,0-14,3 kg, Panjang tubuh 49,8-54,6 cm, Lingkar kepala 33-39 cm.
- (2). Di hari-hari pertama, bayi tidak bisa membuka matanya. Kemudian, setelah beberapa waktu, dia dapat melihat pada jarak 20 cm.
- (3). Fase bayi mulai beradaptasi dengan lingkungan baru.

#### 2) Bayi usia 2 bulan

- (1). Berat 3,6-5,2 kg, Panjang tubuh 52,8-58,1 cm, Lingkar kepala 35-41 cm.
- (2). Sudah bisa membedakan antara wajah dan suara
- (3). Kualitas penglihatannya meningkat

#### 3) Bayi usia 3 bulan

- (1). Berat 4,2-6,0 kg, Panjang tubuh 55,5-61,1 cm, Lingkar kepala 37-43 cm
- (2). Dapat mengangkat kepala dan tubuh saat tengkurap
- (3). Matanya sudah bisa memperhatikan lingkungan sekitar

4) Bayi usia 4 bulan

(1). Berat 4,7-6,7 kg, Panjang tubuh 57,8-63,7 cm, Lingkar kepala 38-44 cm.

(2). Mulai mengobrol dan tertawa

(3). Dapat bergerak atau menggerakkan badan untuk menjangkau benda

5) Bayi usia 5 bulan

(1). Berat 5,3-7,3 kg, Panjang tubuh 59,8-65,9 cm, Lingkar kepala 39-45 cm

(2). Menangis ketika mainannya diambil

(3). Mampu memindahkan benda dari tangan satu ke tangan lainnya

6) Bayi usia 6 bulan

(1). Berat badan 5.8-7.8 kg, panjang badan 61,6-67,8 cm, lingkar kepala 40-46 cm

(2). Sudah banyak mengeluarkan suara

(3). Sudah bisa tengkurap sendiri

## **2.2 Konsep ASI Eksklusif**

### **2.2.1 Definisi ASI Eksklusif**

Air Susu Ibu (ASI) adalah makanan cair pertama yang diproduksi secara alami oleh payudara Ibu. ASI mengandung berbagai zat gizi dan nutrisi penting yang diperlukan yang terformulasikan secara unik di dalam tubuh ibu untuk menjamin dalam proses pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain menyediakan nutrisi lengkap untuk bayi, ASI juga memberikan perlindungan

pada bayi atas infeksi dan penyakit yang dapat menyerang bayi. ASI merupakan suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam – garam anorganik yang disekresi oleh kelenjar mammae ibu, yang berfungsi sebagai makanan bagi bayinya. Jumlah ASI yang cukup merupakan makanan terbaik bagi bayi yang dapat memenuhi kebutuhan bayi sampai dengan 6 bulan pertama. (Hartati dan Megawati, 2016).

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Selain mengandung zat makanan, ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus. Susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi (Kemenkes, 2019).

Menyusui secara eksklusif selama enam bulan, tanpa memberikan makanan tambahan lainnya selain ASI. Menyusui kapan pun saat bayi memintanya atau sesuai kebutuhan bayi Anda (on demand). Tidak menggunakan botol susu maupun empeng. Mengeluarkan ASI dengan memompa atau pemerah dengan tangan, di saat tidak bersama anak serta mengendalikan emosi dan pikiran agar tetap tenang. Saat mulai memperkenalkan makanan tambahan, bayi harus tetap diberikan ASI sebaiknya sampai usia 2 tahun. (Hartati dan Megawati, 2016).

### 2.2.2 Kandungan Pada ASI

Menurut (Siswanti, 2019).

#### 1) Protein

Meskipun protein yang dikandung ASI lebih rendah dibandingkan susu sapi, tetapi ASI memiliki kandungan protein yang nilai nutrisinya tinggi dan baik untuk bayi.

#### 2) Karbohidrat

Laktosa yang terkandung dalam ASI menjadi sumber karbohidrat utama bayi. Karbohidrat pada ASI lebih tinggi dibandingkan susu sapi.

#### 3) Lemak

ASI mengandung vitamin A,D,E,K yang dapat larut dalam lemak. ASI mengandung asam lemak yang berfungsi untuk membangun jaringan sel otak dan dalam bentuk Omega 3, Omega, DHA, AA. Lemak pada ASI terdapat kolesterol yang berfungsi untuk meningkatkan pertumbuhan otak.

#### 4) Mineral

Mineral lengkap dapat ditemukan dalam kandungan ASI. Meski kadarnya cukup rendah, tetapi cukup untuk bayi hingga usia 6 bulan. Meskipun tidak ada perubahan dalam jumlah total mineral selama laktasi, beberapa nutrisi bergantung pada tahap pengenceran dan laktat. Unsur yang paling stabil adalah Fe dan Ca yang tidak terpengaruh oleh pola makan ibu. Garam organik utama yang

ditemukan dalam ASI adalah kalsium, kalium, dan natrium yang berasal dari asam fosfat dan asam klorida. Kalium adalah komponen yang paling umum, sedangkan jumlah Cu, Fe, dan Mn komponen yang dibutuhkan untuk membuat darah cukup rendah. Jumlah mineral pembentuk tulang Ca dan P dalam ASI sudah cukup.

#### 5) Air

Air, yang membentuk sekitar 88% ASI, sangat membantu untuk melarutkan bahan kimia yang dikandungnya. Pasokan air yang aman untuk metabolisme adalah ASI. Kandungan air ASI yang tinggi akan mengurangi kecenderungan bayi menjadi dehidrasi atau haus.

#### 6) Vitamin

Vitamin dalam ASI bisa dianggap lengkap vitamin A, D, dan C cukup, dan vitamin B cukup untuk bayi usia enam bulan, kecuali riboflavin, asam pantotenat, dan vitamin K, yang tidak boleh diberikan karena usus bayi baru lahir belum mampu memproduksi vitamin.

#### 7) Kalori

ASI hanya memiliki 77 kalori untuk 100 ml. 10% berasal dari protein, 90% dari lemak dan karbohidrat.

##### (1). Unsur-unsur dalam ASI

Laktokrom, kreatin, urea xanthin, amonia dan asam sitrat substansi tertentu di dalam plasma ibu, dapat juga berada dalam ASI, misalnya minyak volatil dari makanan tertentu (bawang

merah), juga obat-obatan tertentu seperti sulfonamil, morfin dan alkohol, juga elemen-elemen anorganik misalnya As, Bi, Fe, 1 Hg dan Pb (Soetjiningsih, dalam Nurjannah, dkk.2013).

### **2.2.3 Manfaat ASI Eksklusif**

Menurut Walyani dan Purwoastuti (2014), manfaat ASI eksklusif sebagai berikut:

#### **1) Manfaat Bagi Bayi**

ASI mengandung kolostrum yang kaya akan antibodi karena mengandung protein untuk daya tahan tubuh dan bermanfaat untuk mematikan kuman dalam jumlah tinggi sehingga pemberian ASI eksklusif dapat mengurangi risiko kematian pada bayi. Selain mengandung zat makanan, ASI juga mengandung enzim tertentu yang berfungsi sebagai zat penyerap yang tidak akan mengganggu enzim lain di usus. Susu formula tidak mengandung enzim tersebut sehingga penyerapan makanan sepenuhnya bergantung pada enzim yang terdapat di usus bayi (Kemenkes, 2019).

#### **(1).ASI sebagai nutrisi**

ASI merupakan sumber gizi yang sangat ideal dengan komposisi yang seimbang dan disesuaikan dengan kebutuhan pertumbuhan bayi. ASI adalah makanan bayi yang paling sempurna baik kualitas maupun kuantitasnya melalui penatalaksanaan menyusui yang benar, ASI

merupakan makanan tunggal yang akan cukup memenuhi kebutuhan tumbuh bayi normal sampai usia 6 bulan.

(2).ASI meningkatkan daya tahan tubuh bayi

ASI sebagai kekebalan bayi baru lahir secara alamiah mendapatkan zat kekebalan dari ibunya melalui plasenta, tetapi kadar zat tersebut akan cepat sekali menurun segera setelah bayi lahir, padahal bayi sampai usia beberapa bulan tubuh bayi belum dapat membentuk sendiri zat kekebalan secara sempurna. Oleh karena itu, kadar zat kekebalan di dalam tubuh bayi menjadi rendah. Hal ini akan tertutupi jika bayi mengkonsumsi ASI. ASI mengandung zat kekebalan yang akan melindungi bayi dari bahaya penyakit dan infeksi, seperti: diare, infeksi telinga, batuk, pilek dan penyakit alergi (Roesli 4, 2000; Depkes 2001). Angka morbiditas dan mortalitas bayi yang diberi ASI eksklusif jauh lebih kecil dibanding bayi yang tidak mendapat ASI eksklusif.

(3).ASI meningkatkan kecerdasan bayi

Bulan-bulan pertama kehidupan bayi sampai dengan usia 2 tahun adalah periode di mana terjadi pertumbuhan otak yang sangat pesat. Periode ini tidak akan terulang lagi selama masa tumbuh kembang anak. Oleh karena itu kesempatan ini hendaknya dimanfaatkan sebaik-baiknya agar otak bayi dapat tumbuh optimal dengan kualitas yang optimal.

Pertumbuhan otak adalah faktor utama yang mempengaruhi perkembangan kecerdasan. Sementara itu pertumbuhan otak sangat dipengaruhi oleh nutrisi yang diberikan kepada bayi baik dari segi kualitas maupun kuantitasnya. Nutrisi utama untuk pertumbuhan otak antara lain: Taurin, Lactosa, DHA, AA, Asam Omega-3, dan Omega-6. Semua nutrisi yang dibutuhkan untuk itu, bisa didapatkan dari ASI.

(4).ASI meningkatkan jalinan kasih sayang

Pada waktu menyusui, bayi berada sangat dekat dalam dekapan ibunya. Semakin sering bayi berada dalam dekapan ibunya, maka bayi akan semakin merasakan kasih sayang ibunya. Bayi juga akan merasa aman, tentram, dan kenyamanan terutama karena dapat mendengar detak jantung ibunya yang telah dikenalnya sejak dalam kandungan. Perasaan terlindungi dan disayangi inilah yang akan menjadi dasar perkembangan emosi bayi dan membentuk ikatan yang erat antara ibu dan bayi (Siswanti, 2019).

(5).ASI mudah dicerna

Karena memiliki kandungan enzim pencernaan yang dapat membuat bayi yang diberi ASI tidak mengalami obstipasi (sembelit), dan ASI tidak memberatkan fungsi saluran pencernaan dan ginjal yang belum sempurna.

(6).Menunjang perkembangan motorik bayi

ASI juga dapat menunjang perkembangan motorik, sehingga bayi yang diberikan ASI secara eksklusif akan lebih cepat bisa jalan, membantu pembentukan rahang yang bagus, meningkatkan daya penglihatan dan kemampuan dalam bicara, mencegah obesitas (kegemukan) pada bayi, dan mencegah anemia akibat kekurangan zat besi. Selain itu, ASI mengurangi risiko terkena penyakit diabetes, kanker pada anak, dan diduga mengurangi kemungkinan menderita penyakit jantung.

2) Manfaat bagi ibu

(1). Mengurangi pendarahan dan anemia pasca melahirkan serta dapat mempercepat pemulihan uterus ke bentuk semula. Menyusui bayi segera setelah melahirkan akan meningkatkan kadar oksitosin di dalam tubuh ibu. Oksitosin berfungsi sebagai proses kontriksi atau penyempitan pembuluh darah di uterus sehingga pendarahan akan lebih cepat berhenti kemungkinan terjadinya perdarahan dapat berkurang. Hal ini juga dapat mengurangi terjadinya anemia pada ibu. Selain itu kadar oksitosin yang meningkat juga sangat membantu mempercepat uterus kembali mendekati ukuran seperti sebelum hamil (Suhartik dan Kusumawati, 2022)

(2). Menjarangkan kehamilan

Menyusui atau memberikan ASI kepada bayi merupakan salah satu kontrasepsi alamiah yang aman, murah, dan cukup berhasil.

(3). Lebih cepat langsing.

Menyusui membutuhkan energi yang lebih besar. Tubuh ibu akan mengambil banyak energi dari lemak-lemak yang tertimbun selama kehamilan terutama di bagian paha dan lengan atas, sehingga berat badan ibu yang menyusui akan lebih cepat kembali ke berat badan semula.

(4). Mengurangi kemungkinan menderita kanker

Menyusui akan mengurangi kemungkinan terkena penyakit kanker payudara dan akan mengurangi risiko ibu terkena penyakit kanker ovarium.

(5). Lebih ekonomis dan murah

ASI adalah jenis makanan berkualitas yang murah dan sederhana yang tidak memerlukan peralatan menyusui, sehingga dapat menghemat pengeluaran. Bayi yang mendapat ASI eksklusif mempunyai daya tahan tubuh yang kuat, sehingga bayi akan terhindar dari berbagai macam penyakit dan infeksi. Hal tersebut akan menghemat pengeluaran untuk berobat ke dokter atau rumah sakit.

(6). Tidak merepotkan dan hemat waktu

ASI sangat mudah diberikan tanpa harus menyiapkan atau memasak air, bahkan tanpa harus mencuci botol. ASI mempunyai suhu yang tepat sehingga dapat langsung diberikan kepada bayi, tanpa harus khawatir terlalu panas atau dingin. ASI dapat diberikan kapan saja, dimana saja dan tidak perlu takut persediaan habis.

(7). Portable dan Praktis

ASI mudah dibawa kemana saja (portabel), siap kapan saja dan di mana saja saat dibutuhkan. Pada saat berpergian tidak perlu membawa peralatan untuk membuat susu dan tidak perlu membawa alat listrik untuk memasak atau menghangatkan susu serta tidak perlu khawatir basi karena ASI di dalam payudara ibu tidak akan pernah basi.

(8). Memberi kepuasan pada ibu

Ibu yang memberikan ASI eksklusif akan merasa sangat puas, bangga dan bahagia yang mendalam.

#### **2.2.4 Faktor Penyebab ASI Kurang**

Faktor penyebab produksi ASI menurun yaitu mulai menyusui hanya dari satu payudara saja, memberikan nutrisi atau makanan selain ASI sebelum waktunya, bayi yang cenderung tidur, singkatnya durasi menyusui, sedikitnya frekuensi menyusui dapat dilihat dari warna urin

yang gelap, menyusui dengan posisi dan perlekatan yang kurang nyaman.  
(Arifionto,2019).

## **2.3 Konsep Laktasi**

### **2.3.1 Definisi Laktasi**

Laktasi merupakan bagian dari proses reproduksi yang memberikan makanan bayi secara ideal dan alamiah serta merupakan dasar biologi dan psikologi yang dibutuhkan untuk pertumbuhan. Menyusui adalah produksi dan pengeluaran ASI yang harus dipersiapkan oleh calon ibu baik secara mental maupun fisik. Jika menyusui dilakukan dengan benar, bayi akan lebih mudah menyusu. Produksi ASI ibu disesuaikan dengan kebutuhan bayi, jumlah ASI normal adalah 500-800 ml/hari (Marni, 2019).

### **2.3.2 Fisiologi Laktasi**

Secara fisiologis, laktasi tergantung pada 4 proses yaitu perkembangan jaringan penghasil susu di payudara, prosesnya memulai produksi ASI setelah lahir, proses mendukung produksi susu dan proses sekresi susu . Proses pengembangan jaringan produksi ASI dicapai selama kehamilan dengan rangsangan pada jaringan kelenjar serta saluran kelenjar payudara oleh hormon plasenta, yaitu progesteron, hormon estrogen dan prolaktin. Selama kehamilan peningkatan hormon prolaktin, belum bisa keluar, karena masih dihambat kadar estrogen yang tinggi. Setelah plasenta lahir, Tingkat estrogen dan progesteron menurun yang membuat hormon prolaktin lebih dominan sehingga terjadi proses sekresi susu (Marni, 2019).

Sekresi ASI menjadi lebih lancar jika melakukan inisiasi menyusui dini karena dengan adanya rangsangan puting susu dapat membuat hipofisis membentuk prolaktin lebih banyak. Rangsangan ini tidak hanya sampai pada kelenjar hipofisis anterior tetapi juga memengaruhi kelenjar hipofisis posterior yang mengeluarkan hormone oksitosin. Hormon oksitosin ini akan mempengaruhi pada proses sekresi ASI yang memacu kontraksi otot polos yang ada di dinding alveolus dan dinding saluran, sehingga ASI terpompa keluar. Hormon oksitosin ini juga dapat memicu kontraksi otot rahim sehingga involusi rahim makin cepat dan membaik (Marni, 2019).

Menyusui lebih dini dapat terjadinya perangsangan puting susu, terbentuklah prolaktin oleh hipofisis, sehingga sekresi ASI lebih lancar. Dua reflek pada ibu yang sangat penting dalam proses laktasi yaitu reflek prolaktin atau perangsangan hisapan puting susu oleh hisapan bayi dan reflek oksitosin (Haryani, 2012).

#### 1) Reflek Prolaktin

Di dalam puting susu terdapat banyak saraf sensorik. Bila diberi rangsangan akan langsung menuju hipotalamus selanjutnya kelenjar ini mengeluarkan hormon sehingga ASI diproduksi. Pada akhir kehamilan hormon prolaktin memegang peranan penting untuk membuat kolostrum, tetapi jumlah kolostrum terbatas dikarenakan aktivitas prolaktin dihambat oleh estrogen dan progesteron yang masih tinggi. Pada pasca persalinan, yaitu saat lepasnya plasenta dan berkurangnya fungsi korpus luteum maka estrogen dan progesteron juga berkurang (Marni, 2019).

## 2) Reflek Oksitosin/ *let down* (milk ejection reflex)

Bersamaan dengan pembentukan prolaktin adenohipofise, rangsangan yang berasal dari isapan bayi yang dilanjutkan ke neurohipofise (hipofise posterior) yang kemudian mengeluarkan oksitosin. Melalui aliran darah, hormon ini diangkut menuju uterus yang dapat menimbulkan kontraksi pada uterus sehingga terjadi involusi dari organ tersebut. Faktor yang dapat meningkatkan refleksi *let down* adalah melihat bayi, mendengarkan suara bayi, mencium bayi, dan memikirkan untuk menyusui bayi. Sedangkan faktor penghambat refleksi *let down* adalah stress, seperti keadaan bingung / banyak pikiran, takut, dan cemas. Berikut ini adalah refleksi yang penting dalam mekanisme hisapan bayi (Marni, 2019).:

### (1) Refleksi menangkap (Rooting Refleksi)

Timbul pada saat bayi baru lahir tersentuh pipinya, dan bayi akan menoleh ke arah sentuhan, bibir bayi dirangsang dengan papilla mammae, maka bayi akan membuka mulut dan berusaha menangkap puting susu.

### (2) Refleksi menghisap (Sucking Refleksi)

Refleksi ini timbul apabila langit-langit mulut bayi tersentuh oleh puting. Agar puting mencapai palatum, maka sebagian besar areola masuk ke dalam mulut bayi. Dengan demikian sinus laktiferus yang berada di areola, tertekan antara gusi, lidah, dan palatum sehingga ASI keluar.

### (3) Refleksi Menelan (swallowing Reflex)

Refleksi ini timbul apabila mulut bayi terisi oleh ASI, maka dia akan menelannya. Pada saat air susu keluar dari puting susu, akan disusul dengan gerakan menghisap yang dilakukan oleh otot-otot pipi, sehingga pengeluaran air susu akan bertambah dan diteruskan oleh mekanisme menelan masuk ke lambung.

Ukuran lambung sesuai usia bayi menurut (Marni, 2019) antara lain:

- a. Usia 1 hari yaitu sebesar buah ceri dengan 5-7 ml susu
- b. Usia 3 hari yaitu sebesar buah kenari dengan 22-27 ml susu
- c. Usia 1 minggu yaitu sebesar buah aprikot dengan 45-60 ml susu
- d. Usia 1 bulan yaitu sebesar telur ayam dengan 80-150 ml susu
- e. Usia 2 bulan yaitu sebesar buah manggis dengan 120-150 ml susu
- f. Usia 4-5 bulan yaitu sebesar buah jeruk dengan 120-180 ml susu
- g. Usia 6 bulan yaitu sebesar buah apel dengan 180-230 ml susu

#### 1) Stadium Laktasi Stadium laktasi

Menurut Badriah dkk (2013) terdiri dari ;

- (1) Kolostrum Keluar dihari pertama sampai hari ketiga kelahiran bayi, berwarna kekuningan, dan kental. Kolostrum mengandung zat gizi dan antibody lebih tinggi dari pada ASI matur. Kandungan gizi antara lain protein (8,5%), lemak

(2,5%), sedikit karbohidrat (3,5%), garam dan mineral (0,4%), air (85,1%) (Mufdililah,2017).

(2) Air Susu Masa Peralihan Keluar dari hari keempat sampai hari kesepuluh kelahiran bayi, kadar protein semakin rendah, sedangkan kadar lemak dan karbohidrat semakin tinggi, dan volume meningkat (Mufdililah,2017).

(3) Air Susu Matur Keluar dari hari ke sepuluh sampai seterusnya. Kadar karbohidrat ASI relatif stabil. Komponen laktosa (karbohidrat) merupakan kandungan utama dalam ASI sebagai sumber energi untuk otak (Mufdililah, 2017).

### **2.3.3 Definisi Manajemen Laktasi**

Manajemen laktasi merupakan serangkaian proses menyusui yang berfungsi untuk membantu ibu dalam mencapai keberhasilan dalam menyusui bayinya. Usaha ini dilakukan ibu khususnya pada masa menyusui eksklusif yaitu 0-6 bulan pertama setelah proses persalinan. Ruang lingkup dalam manajemen laktasi terdiri dari ASI eksklusif, posisi dan teknik menyusui, perlekatan bayi, frekuensi dan durasi menyusui. Tujuan dari manajemen laktasi adalah meningkatkan penggunaan ASI eksklusif sampai bayi berusia 6 bulan (Maryunani, 2012).

### **2.3.4 Masalah Menyusui**

Masalah menyusui salah satunya adalah produksi ASI kurang diakibatkan oleh kecukupan bayi akan ASI tidak terpenuhi sehingga bayi mengalami

ketidakpuasan setelah menyusui, bayi sering menangis atau rewel, tinja bayi keras dan payudara tidak terasa membesar. (Heryani, 2019).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah menyusui pada ibu postpartum adalah pemberian terapi secara farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu terapi nonfarmakologis yang dapat dilakukan dengan memanfaatkan tanaman yang dapat merangsang pengeluaran ASI (Johan, dkk, 2019). Terapi Farmakologis dengan memberikan Ibu obat galactagogue untuk menambah produksi ASI (Praborini dkk, 2018).

Menurut Ambarwati dkk, (2020) Hal yang dapat menyebabkan sindrom kurang ASI antara lain :

- 1) Faktor teknik menyusui, keadaan ini yang paling sering dijumpai yang dapat menyebabkan masalah frekuensi, durasi, perlekatan, penggunaan dot/botol dan lain-lain.
- 2) Faktor psikologis, juga sering terjadi.
- 3) Faktor fisik ibu (jarang) antara lain dikarenakan oleh KB, kontrasepsi, diuretik, hamil, merokok, kurang gizi.
- 4) Sangat jarang, adalah faktor kondisi bayi misal penyakit, abnormalitas, dan lain-lain.

### **2.3.5 Teknik Menyusui Yang Benar**

Menurut (Suhartik dan Kusumawati, 2022) antara lain:

- 1) Sebelum menyusu lakukan pengeluaran sedikit ASI yang kemudian dioleskan pada puting dan disekitar aerola. Hal ini berguna untuk menjaga kelembaban puting susu.

- 2) Bayi diletakkan menghadap perut ibu/payudara
- 3) Ibu duduk atau berbaring dengan santai, jika duduk sebaiknya menggunakan kursi yang rendah (agar kaki tidak tergantung) dan punggung ibu tersandar dikursi
- 4) Bayi dipegang pada belakang bahunya dengan satu lengan, kepala bayi tidak boleh mengadiah, dan bokong bayi di tahan oleh telapak tangan ibu
- 5) Satu tangan bayi diletakkan di belakang badan ibu dan yang satu didepan.
- 6) Perut bayi menempel pada ibu dan kepala menghadap ke payudara dengan posisi kepala tidak hanya membelok
- 7) Telinga dan lengan bayi terletak pada satu garis lurus
- 8) Payudara dipegang dengan ibu jari diatas dan jari lainnya menopang dibawah atau membentuk huruf C, jangan menekan puting susu.
- 9) Bayi diberi ragsangan agar membuka mulut (rooting reflex) dengan cara:
  - (1) Menyentuh pipi dengan puting susu
  - (2) Menyentuh sisi mulut bayi
- 10) Setelah bayi membuka mulut, dengan cepat kepala bayi didekatkan ke payudara ibu dan puting serta aerola payudara dimasukan ke mulut bayi:

- (1) Usahakan sebagian besar aerola payudara dapat masuk ke mulut bayi, sehingga puting susu berada di bawah langit-langit dan lidah bayi akan menekan ASI keluar dari tempat penampungan ASI yang terletak di bawah aerola payudara.
- (2) Setelah bayi mulai menghisap payudara tak perlu dipegang atau disangga lagi. (Rini dan Kumala, 2017)

11) Melepas hisapan bayi dengan cara:

- (1) Jari kelingking ibu dimasukkan ke mulut bayi melalui sudut mulut.
- (2) Daggu bayi ditekan kebawah.
- (3) Setelah selesai menyusui, ASI dikeluarkan sedikit kemudian dioleskan pada puting dan aerola dan biarkan mengering.
- (4) Selanjutnya menyendawakan bayi yang bertujuan untuk mengeluarkan udara dari lambung supaya bayi tidak muntah setelah menyusui.

### **2.3.6 Frekuensi Menyusui**

Frekuensi menyusu adalah banyaknya bayi menyusu pada ibunya dalam sehari (Suhartik dan Kusumawati, 2022). Semakin sering bayi menyusu, produksi dan pengeluaran ASI akan bertambah. Namun, ada hal yang berbeda dalam frekuensi menyusu pada bayi cukup bulan dengan bayi lahir premature. Berbagai studi mengatakan bahwa produksi ASI untuk bayi kurang bulan akan optimal dengan pemompaan ASI yang akan dilakukan karena bayi premature belum mampu menyusu langsung dari payudara ibu. Frekuensi

menyusui ini berkaitan dengan kemampuan stimulasi kedua hormon dalam kelenjar payudara, yakni hormone prolaktin dan Oksitosin (Rasdiana *et al.*, 2022).

Kegiatan menyusui bayi baiknya dilakukan disetiap saat bayi membutuhkan, karena bayi akan menentukan sendiri kebutuhannya. Ibu harus menyusui bayi menangis bukan karena sebab lain (kencing, kepanasan/kedinginan atau sekedar ingin didekap) atau ibu sudah merasa perlu menyusui bayinya. Banyak waktu yang diperlukan bayi untuk menyusu sebaiknya 7-10 kali perhari (Lestari, 2018). Bayi Menyusui yang dijadwalkan akan berakibat kurang baik, karena isapan bayi sangat berpengaruh pada rangsangan produk ASI selanjutnya. Dengan menyusui tanpa jadwal, sesuai kebutuhan bayi akan mencegah timbulnya masalah menyusui. Ibu yang bekerja dianjurkan agar lebih sering menyusui pada malam hari. Bila sering disusukan pada malam hari akan memicu produksi ASI (Darma Sakti Tanjung *et al.*, 2022).

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi frekuensi menyusu pada bayi menurut (Darma Sakti Tanjung *et al.*, 2022) antara lain :

- 1) Usia bayi: Bayi yang lebih muda cenderung perlu menyusu lebih sering karena lambung mereka masih kecil dan kapasitasnya terbatas, sehingga mereka membutuhkan asupan nutrisi lebih sering.
- 2) Penggunaan dot atau botol: Penggunaan dot atau botol dapat mempengaruhi pola menyusu bayi. Beberapa bayi yang menggunakan

dot atau botol cenderung minum lebih cepat daripada menyusui langsung, sehingga mungkin perlu menyusui lebih sering.

- 3) Kondisi kesehatan bayi: Beberapa kondisi kesehatan tertentu dapat mempengaruhi frekuensi menyusui, misalnya bayi yang sakit mungkin perlu menyusui lebih sering karena kebutuhan nutrisi dan cairan yang lebih tinggi.
- 4) Faktor psikologis: Lingkungan emosional, perasaan nyaman, atau stres dapat mempengaruhi frekuensi menyusui bayi. Bayi mungkin cenderung lebih sering menyusui saat mereka merasa nyaman dan aman.

### **2.3.7 Durasi Menyusui**

Durasi menyusui adalah lama waktu bayi menyusui pada ibunya dalam satu kali sesi menyusui. Durasi menyusui berkaitan dengan adanya refleks prolaktin yang merupakan hormon laktogenik yang penting untuk memulai dan mempertahankan sekresi ASI. Stimulus isapan bayi akan mengirim pesan ke hipotalamus yang merangsang hipofisis anterior untuk melepas prolaktin, suatu hormon yang meningkatkan produksi ASI oleh sel-sel alveolar kelenjar mamaria. Jumlah prolaktin yang disekresikan dan jumlah ASI yang diproduksi berkaitan dengan besarnya stimulus isapan, yaitu frekuensi, intensitas dan lama bayi mengisap (Ritonga *et al.*, 2020).

Menurut Sutiyah dan Husna, durasi waktu menyusui bayi berbeda-beda sesuai dengan pola hisap bayi. Bayi sebaiknya menyusui 10 menit pada payudara yang pertama, karena daya isap masih kuat, kemudian 20 menit pada payudara

yang lain karena daya hisap bayi mulai melemah. Selama periode baru lahir, waktu menyusui bayi 20-45 menit, durasi menyusui juga berpengaruh terhadap ejeksi ASI saat menyusui, ketika bayi tidak dapat menyusui, stimulus untuk produksi ASI sangat diperlukan (Sutiyah dan Husna, 2019).

Jika kegiatan menyusui berlangsung terlalu lama (lebih dari setengah jam) atau terlalu pendek (kurang dari 4 menit), hal ini menunjukkan kemungkinan adanya masalah pada perlekatan antara bayi dan puting susu ibu. Durasi yang baik saat menyusui menurut Sentra Laktasi Indonesia sebaiknya 20-30 menit. Dengan durasi menyusui yang normal yaitu ketika payudara sudah terasa kosong dan bayi terasa puas saat menyusui dapat mengurangi resiko infeksi pada payudara (Lestari, 2018).

Beberapa faktor yang dapat mempengaruhi durasi menyusui pada bayi menurut (Darma Sakti Tanjung *et al.*, 2022) antara lain :

- 1) Usia bayi: Bayi baru lahir mungkin hanya menyusui selama beberapa menit pada setiap sesi, karena lambung mereka masih kecil dan mudah penuh. Namun, seiring pertumbuhan, mereka mungkin menyusui lebih lama pada setiap sesi.
- 2) Teknik menyusui: Jika bayi sudah terampil menyusui dan ibu menyusui memberikan dukungan yang tepat, bayi bisa lebih efisien dalam mengosongkan payudara dan mengambil ASI dengan lebih cepat.
- 3) Kondisi kesehatan: Jika bayi sedang sakit atau tidak merasa baik, durasi menyusui mungkin berubah karena mereka mungkin lebih mudah lelah atau kurang tertarik untuk menyusui.

## 2.4 Konsep Pijat Bayi

### 2.4.1 Definisi Pijat Bayi

Pijat merupakan sebuah seni untuk perawatan kesehatan yang telah ada sejak zaman dulu, diperkirakan pijat sudah dikenal sejak awal peradaban manusia. Pijat merupakan terapi sentuhan yang paling tua dan paling masyhur di dunia. Pijat erat kaitannya dengan hubungan antar manusia terutama dalam hal kehamilan dan proses melahirkan. Seni perawatan pijat juga telah dipraktekkan hampir di seluruh penjuru dunia, terutama di Indonesia. Di Indonesia, pijat diwariskan secara turun temurun dengan cara yang belum dapat diketahui pasti, namun manfaat positifnya dapat dirasakan dan dipercaya ampuh menjaga kebugaran tubuh (Fazrin *et al.*, 2021).

Pijat merupakan bagian dari sentuhan dimana kulit sebagai penerima atau *receptor* yang dapat memberikan reaksi terutama pada bayi. Pijat atau *stimulus touch* yang dapat diartikan sebagai sentuhan dengan rangsangan – juga menjadi salah satu cara menyampaikan rasa kasih sayang melalui sentuhan halus kepada bayi. Pijatan memberikan rasa nyaman pada bayi dan juga pada orangtua sehingga dapat pula meningkatkan hubungan emosional yang erat antara bayi dan orangtua (Marni, 2019).

Pijat bayi tentunya berbeda dengan pijat untuk orang dewasa, pijat bayi dilakukan dengan sentuhan pelan, minim penekanan, lembut dan halus yang dapat merangsang kulit. Kulit bayi yang masih tergolong sensitif sangat peka terhadap sentuhan. Bayi yang dilakukan pijatan akan mendapatkan

efek lapar sehingga frekuensi menyusu pada bayi akan bertambah (Fitriyanti *et al.*, 2019).

Sentuhan juga meningkatkan sirkulasi darah, mengirimkan gelombang oksigen segar ke otak dan seluruh tubuh, meningkatkan energi. Jika dikombinasikan dengan teknik pemijatan lainnya, pijat bayi ini memiliki efek relaksasi dan meningkatkan sirkulasi darah pada bayi, serta menjadi cara untuk merangsang perkembangan sensorik bayi Anda, menambah berat badan, dan mendorong pertumbuhan, pijat bayi biasanya dilakukan maksimal dua kali dalam sehari (Prasetyono, 2013).

Pijat bayi adalah salah satu teknik perawatan bayi yang sangat spesifik, biasanya digunakan untuk mengobati bayi dengan penyakit sembelit, atau kembung karena minum asi terlalu banyak atau terkena paparan udara dingin atau angin. Pijat bayi dianggap efektif jika dilakukan dengan benar sehingga menciptakan hubungan emosional antara bayi dan orangtua. Pijat bayi dilakukan dengan akupresur atau tekanan halus dengan titik tekan tertentu yang sesuai dengan kebutuhan bayi (Nasution, 2018).

#### **2.4.2 Manfaat Pijat Bayi**

Selain yang telah disebutkan pada bab dan sub bab sebelumnya, beberapa penelitian lain secara spesifik membuktikan manfaat pijatan pada bayi. Umumnya, pijatan pada bayi dapat merangsang syaraf motorik, membantu memperlancar pencernaan, meningkatkan relaksasi dan ketenangan emosional pada bayi, memperbaiki pola tidur dan memberikan rasa bugar pada tubuh dan otot bayi. Bayi yang dipijat dengan baik dan

teratur dipercaya akan lebih sehat dan tumbuh kembangnya lebih baik pula. Berikut manfaat pijat bayi yang dikutip dari penelitian Lestari tentang Pengaruh Pijat Bati Terhadap Durasi Menyusu di Palembang (Lestari, 2018):

- a. Meningkatkan berat badan
- b. Meningkatkan Pertumbuhan
- c. Meningkatkan daya tahan tubuh
- d. Meningkatkan konsentrasi pada bayi
- e. Membuat bayi tidur lebih lelap
- f. Membina ikatan kasih sayang orangtua dan anak (*bounding*)
- g. Meningkatkan produksi ASI

Ibu yang memijat bayinya dengan kasih sayang dan sentuhan lembut terbukti dapat meningkatkan produksinya, hal tersebut dibuktikan pada penelitian yang dilakukan oleh Fazrin dkk, pada ibu-ibu kelompok karyawan (Fazrin et al., 2021).

#### **2.4.3 Fisiologi Pijat Bayi**

Proses mekanisme pemijatan bayi yang memberikan banyak manfaat seperti yang sudah disebutkan sebelumnya merupakan proses alamiah dan ilmiah yang cukup panjang yang jarang diketahui oleh khalayak umum atau masyarakat biasa. Para pakar telah meneliti proses mekanisme pijat bayi agar mekanisme dasar dapat diterangkan pada masyarakat dengan baik, seperti yang dijabarkan pada penelitian yang dilakukan oleh Lestari di Palembang (Lestari, 2018). Mekanisme tersebut meliputi 2 siklus yaitu,

### 1) Beta Endorphins

Beta Endorphin adalah teknik pemijatan yang dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak. Hal lain yang akan terjadi adalah penurunan pengeluaran hormon pertumbuhan. Pengurangan sensasi taktil akan meningkatkan pengeluaran suatu neurochemical betha-endorphine, yang akan mengurangi pembentukan hormone pertumbuhan karena menurunnya jumlah dan aktivitas ODC (ornithine decarboxylase) dimana enzim ini menjadi petunjuk peka bagi pertumbuhan sel dan jaringan. (Fitriyanti *et al.*, 2019).

### 2) Aktivitas Nervus Vagus

Aktifitas ini akan mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan. Penelitian Field dan Schanberg (1989) menunjukkan bahwa pada bayi yang dipijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus yang menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin. Dengan demikian, penyerapan makanan akan menjadi lebih baik (Fitriyanti *et al.*, 2019).

Proses pemijatan tak lepas dari fungsi kulit yang merupakan organ tubuh yang berfungsi sebagai receptor terluas yang dimiliki manusia. Sensasi sentuh atau raba adalah indera yang aktif berfungsi sejak dini, karena ujung-ujung saraf yang terdapat pada permukaan kulit akan bereaksi terhadap sentuhan-sentuhan. Saraf kemudian mengirimkan pesan-pesan ke otak melalui jaringan saraf yang berada di tulang belakang.

Pijat atau sentuhan juga akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak dikirim ke otak dan seluruh tubuh (Marni, 2019).

Pijat pada bayi juga perlu diiringi dengan teknik perlekatan ketika bayi menyusui. Menurut Hasnani, teknik menyusui dapat pula mempengaruhi keberhasilan pemberian ASI Eksklusif pada bayi, selain itu teknik perlekatan juga dapat mempengaruhi durasi dan frekuensi karena jika seorang ibu tidak mengetahui teknik dapat menimbulkan gangguan dalam proses menyusui seperti nyeri pada puting (Hasnani, 2020).

Menyusui dengan teknik yang salah menimbulkan masalah seperti puting susu menjadi lecet dan ASI tidak keluar secara optimal sehingga mempengaruhi produksi ASI selanjutnya. Dampak dari teknik yang salah dapat menyebabkan bayi atau ibu menjadi enggan menyusui, sehingga kebutuhan ASI bayi tidak tercukupi. Sebaliknya, dengan teknik menyusui yang benar dapat mendorong keluarnya ASI secara maksimal sehingga keberhasilan menyusui dapat terpenuhi (Rinata *et al.*, 2016).

Teknik menyusui yang benar adalah cara memberikan ASI kepada bayi dengan perlekatan dan posisi ibu dan bayi dengan benar. Untuk mencapai keberhasilan menyusui diperlukan pengetahuan mengenai teknik-teknik menyusui yang benar. Indikator dalam proses menyusui yang efektif meliputi posisi ibu dan bayi yang benar (*bodyposition*), perlekatan bayi yang tepat (*latch*), keefektifan hisapan bayi pada payudara (*effective sucking*) (Rinata *et al.*, 2016).

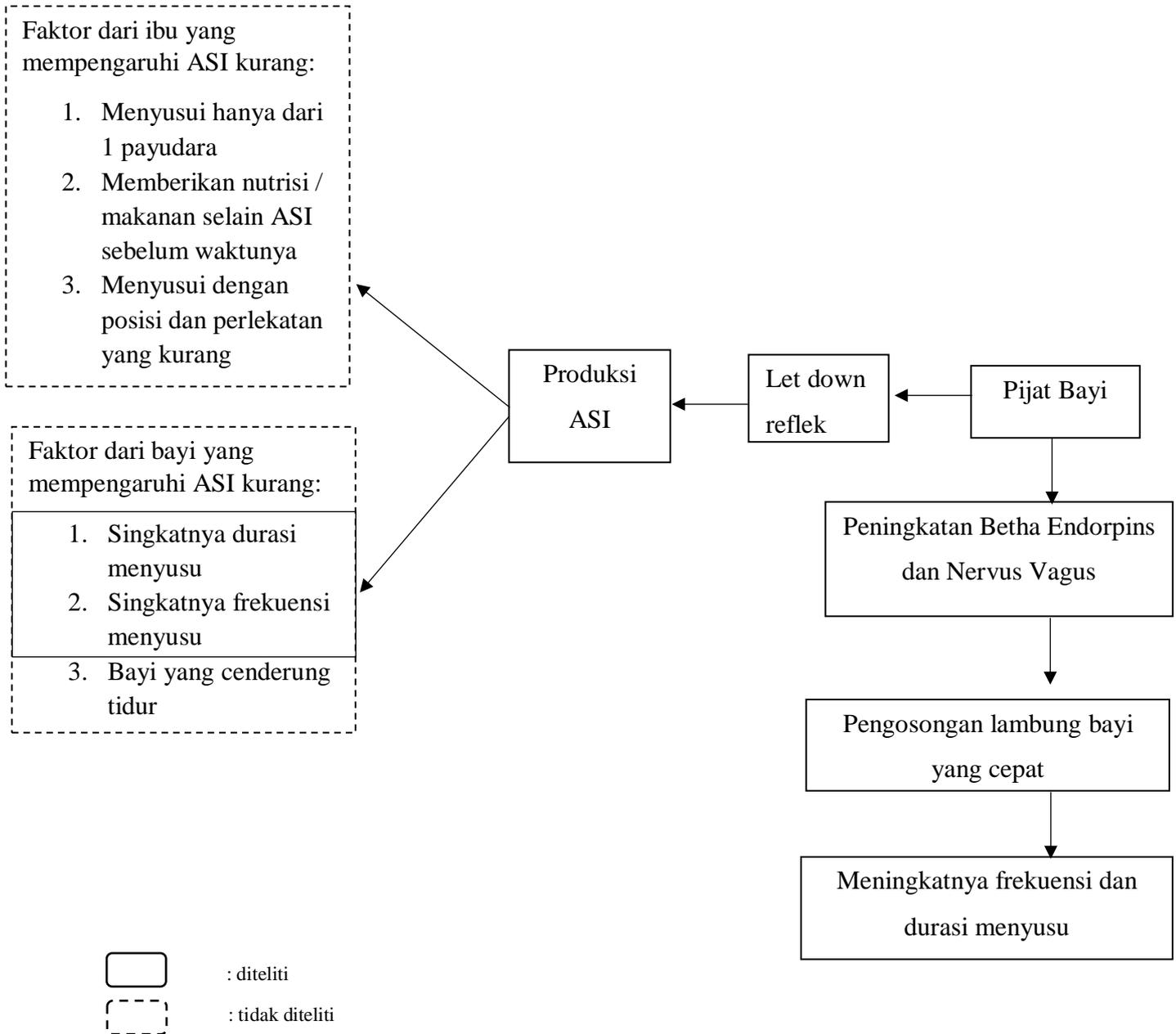
#### **2.4.4 Waktu Pemijatan Bayi**

Pijatan pada bayi dapat dilakukan setelah bayi dilahirkan, pijatan yang dimaksud adalah sentuhan lembut tanpa ada penekanan. Pijatan bayi tentunya berbeda dengan pijatan orang dewasa pada umumnya, karena pada dasarnya tubuh bayi belum cukup kuat untuk dilakukan pemijatan menggunakan penekanan pada tubuh. Pijat bayi dapat dilakukan kapan saja, namun waktu yang terbaik untuk melakukan pemijatan adalah pada pagi hari sebelum bayi dimandikan atau malam hari sebelum bayi tidur. Menurut Prasetyono dalam bukunya yang berjudul “Buku Pintar Pijat Bayi” durasi pemijatan pada bayi paling lama adalah 15 menit dengan tata cara yang lengkap dan urut (Fazrin et al., 2021).

Bayi boleh dipijat oleh siapa saja, namun yang terbaik adalah pijatan oleh ibunya sendiri atau ayahnya, bayi dapat dipijat sejak lahir hingga dewasa yang membedakan hanyalah frekuensi pemijatannya. Pada usia enam bulan ke atas, pijat dapat dilakukan dua hari sekali. Pada saat memijat, pastikan sebelumnya tangan telah bersih dan tidak ada aksesoris yang menempel di tangan (Fazrin et al., 2021).

## BAB 3 KERANGKA KONSEP

### 3.1 Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep

### **3.2 Hipotesis Penelitian**

$H_a$  : Ada pengaruh yang signifikan antara pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi.

## **BAB 4 METODE PENELITIAN**

### **4.1 Desain Penelitian**

Desain penelitian adalah perencanaan penelitian yang disusun secara sistematis dalam kurun waktu yang ditentukan oleh peneliti sehingga dapat membantu peneliti untuk mendapatkan jawaban terkait pertanyaan penelitian (Putri and Andespa, 2021). Penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dengan jenis penelitian *pre-experimental design* dengan rancangan *one group pretest-posttest*.

### **4.2 Lokasi dan Waktu Penelitian**

#### **4.2.1 Lokasi Penelitian**

Penelitian ini akan dilakukan di Puskesmas Patrang Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember, Provinsi Jawa Timur

#### **4.2.2 Waktu Penelitian**

Penelitian ini rencananya akan dilaksanakan pada tanggal 14 - 21 Juli tahun 2023.

### **4.3 Populasi dan Sampel**

#### **4.3.1 Populasi**

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh

peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Rinaldi dan Mujiyanto, 2017).

Populasi pada penelitian ini adalah seluruh bayi usia 4 - 6 bulan di Puskesmas Patrang, Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember, Jawa Timur. Populasi bayi usia 4 - 6 bulan pada Juli 2023 di Puskesmas Patrang adalah 35 bayi.

#### **4.3.2. Sampel**

Sampel penelitian adalah bagian yang memberikan gambaran secara umum dari populasi sampel penelitian yang memiliki karakteristik sama atau hampir sama dengan karakteristik populasi sehingga sampel yang digunakan dapat mewakili populasi yang diamati (Riyanto dan Hatmawan, 2020). Dalam penelitian ini, peneliti menggunakan teknik *Purposive Sampling* yaitu peneliti mengambil sampel sesuai dengan yang dikehendaki dari populasi yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Dalam penentuan sampel penelitian dapat menggunakan minimal sampel (Siswanti, 2019).

Menurut Siswanti (2019) pada kajian penelitian untuk kelas bisnis dan manajemen memberikan saran ukuran sampel minimal Penelitian eksperimental, jumlah sampel minimum adalah 15 subjek per group. Maka dalam penentuan jumlah sampel peneliti menggunakan jumlah sampel eksperimen yaitu sebanyak 15 sampel.

### **4.3.3 Kriteria Sampel**

Pada penelitian ini terdapat 2 kriteria yaitu, kriteria inklusi dan kriteria eksklusif.

Kriteria inklusi diantaranya :

- 1) Bayi lahir usia 4- 6 Bulan
- 2) Bayi sehat tidak ada kelainan
- 3) Bayi mendapat ASI Eksklusif

Sedangkan kriteria eksklusif pada penelitian ini adalah:

- 1) Bayi dengan cacat kongenital contohnya seperti bayi bibir sumbing

## **4.4 Jenis dan Cara Pengumpulan Data**

### **4.4.1 Jenis Data**

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yaitu data yang diperoleh secara langsung oleh peneliti melalui lembar observasi terkait pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi.

### **4.4.2 Alat Pengumpulan Data**

Alat pengumpulan data pada penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar observasi. Lembar observasi juga digunakan untuk melihat kondisi ibu dan bayi serta lama durasi menyusui. Dokumentasi berupa foto dan video juga digunakan sebagai bukti pelaksanaan penelitian.

#### 4.5 Definisi Operasional

Definisi operasional memudahkan pengumpulan data dan menghindari perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel.

Definisi operasional pada penelitian ini dirangkum dalam tabel berikut:

**Tabel 4.1** Definisi Operasional

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Indikator	Skala Ukur	Hasil Ukur
Dependen Frekuensi	Banyaknya bayi menyusu pada ibunya dalam sehari	Lembar observasi	1) Kurang apabila < 7 kali /hari 2) Cukup apabila 7-10 kali/hari 3) Sering apabila >10 kali/hari	Ordinal	1) Frekuensi Kurang 2) Frekuensi Cukup 3) Frekuensi Sering
Dependen Durasi Menyusu	Lama waktu bayi menyusu pada ibunya dalam satuan menit	Lembar observasi	1) Sebentar apabila <10 menit 2) Cukup apabila 10-20 menit 3) Lama apabila >20 menit	Ordinal	1) Durasi Sebentar 2) Durasi Cukup 3) Durasi Lama

#### 4.6 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah cara yang digunakan untuk mengumpulkan informasi dan fakta di lapangan (Ramdhan, 2021). Dalam penelitian ini akan menggunakan teknik pengumpulan data primer yaitu menilai peningkatan frekuensi dan durasi menyusu setelah diberikan pijat bayi.

## 1. Tahap Persiapan

- (1) Mengajukan surat pengantar melalui Instansi Universitas dr. Soebandi untuk melakukan studi pendahuluan dalam rangka mendapatkan informasi.
- (2) Kemudian surat pengantar dari Instansi dikirimkan ke pihak Badan Kesatuan Bangsa dan Politik (BANGKESBANGPOL).
- (3) Memberikan surat pengantar dari BANGKESBANGPOL ke pihak Dinas Kesehatan untuk meminta izin penelitian di daerah lokasi penelitian.
- (4) Memberikan surat pengantar dari Dinas Kesehatan untuk diberikan ke pihak Puskesmas Patrang sebagai pengantar izin dilakukannya penelitian dilokasi Patrang.
- (5) Menyiapkan instrumen yang akan digunakan dalam penelitian yaitu lembar observasi.

## 2. Tahap Penatalaksanaan

- (1) Mencari dan meminta data ibu menyusui secara Eksklusif di Puskesmas Patrang.
- (2) Menentukan responden sesuai dengan kriteria inklusi.
- (3) Melakukan pendekatan kepada responden dengan menjelaskan maksud dan tujuan, serta manfaat dari penelitian ini. Setelah melakukan pendekatan, peneliti meminta persetujuan untuk menjadi responden dengan memberikan *Informed Consent*.
- (4) Melakukan pemijatan bayi sebanyak 1 minggu 2 kali yang dilakukan

oleh terapis yang sudah memiliki sertifikat pijat bayi.

(5) Melakukan pengkajian data setelah dilakukan pemijatan kedua dirumah responden, data yang dikaji adalah frekuensi dan durasi menyusu. Data yang terkumpul di dokumentasikan dalam lembar observasi.

(6) Mengapresiasi responden dengan memberikan bingkisan.

#### **4.7 Teknik Analisis Data**

Pengolahan data merupakan bagian dari rangkaian kegiatan yang dilakukan setelah pengumpulan data (Lapau, 2013). Setelah data terkumpul, agar analisis penelitian menghasilkan informasi yang benar, maka ada empat tahapan dalam pengolahan data yang harus dilalui sebagai berikut :

##### *1. Editing*

Editing adalah prosedur yang menetapkan kualitas data untuk sebagai penanda data yang akan masuk dan pengolahan terhadap data yang telah diedit menjadi data yang siap disajikan untuk kepentingan pengambilan keputusan (Warmansyah, 2020).

##### *2. Coding*

Coding merupakan aktivitas dalam reduksi data menjadi simbol yang mewakilinya peneliti mulai melakukan analisis ketika membaca teks data penelitian dan kemudian memberi label yang diasosiasikan pada kumpulan teks yang dibacanya (Wijaya, 2019).

##### *3. Tabulating*

Data dikumpulkan melalui kuisioner, kemudian ditabulasi dan dikumpulkan sesuai variabel. Pada tahap ini data disusun dalam bentuk

tabel. Tahap ini dianggap telah selesai dan proses dan disusun dalam suatu format yang dirancang (Rinaldi dan Mujiyanto, 2017).

#### 4. *Cleaning*

Cleaning adalah tahapan kegiatan pengecekan kembali data yang sudah di *entry* dan melakukan koreksi bila terdapat kesalahan (Lapau, 2013). Pada tahap ini, data yang ada ditandai dan diperiksa kembali untuk mengoreksi kemungkinan ada kesalahan (Rinaldi dan Mujiyanto, 2017).

#### 4.7.1 Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan proses melakukan analisa data yang bertujuan untuk menggambarkan terkait distribusi frekuensi beserta persentasenya dari tiap-tap variabel penelitian (Notoatmodjo, 2010). Penelitian ini menggunakan analisis univariat yang menghasilkan distribusi dan presentase dari tiap variabel yang diteliti. Kemudian hasil dari data univariat diinterpretasikan sebagai berikut :

**Tabel 4.2** Interpretasi Nilai Frekuensi

<b>Presentase Hasil</b>	<b>Deskripsi</b>
100%	Seluruhnya
76-99%	Hampir seluruhnya
51-75%	Sebagian besar
50%	Setengahnya
26-49%	Hampir setengahnya
1-25%	Sebagian kecil
0%	Tidak ada satupun

#### **4.7.2 Analisis Bivariat**

Analisa bivariat merupakan proses melakukan analisa data terhadap dua variabel atau lebih yang diduga saling berhubungan (Arikunto, 2016). Analisis bivariat ini digunakan untuk melihat pengaruh dari variabel independen (pijat bayi) dengan variabel dependen (frekuensi dan durasi menyusui) ditunjukkan dengan nilai  $p > 0,05$ . Uji pengaruh pretest dan posttest dari frekuensi dan durasi menyusui tersebut menggunakan uji statistik non parametrik yaitu uji *Wilcoxon test*, karena dari hasil pengambilan keputusan uji normalitas frekuensi ( $0,002 < 0,05$ ) yang artinya data berdistribusi tidak normal, dan hasil pengambilan keputusan uji normalitas durasi ( $0,002 < 0,05$ ) yang artinya data berdistribusi tidak normal.

#### **4.8 Etika Penelitian**

Dalam penelitian ini peneliti mematuhi etika penelitian. Sebelum melakukan penelitian, peneliti meminta persetujuan dari pihak terkait. Etika penelitian kegiatan pengumpulan data dilakukan dengan menekankan pada masalah etik, antara lain :

##### **4.8.1 Uji Etik**

Penelitian ini akan mengikuti uji kelayakan etik untuk bisa mendapatkan sertifikat layak etik. Uji kelayakan etik akan dilakukan di Universitas dr. Soebandi Jember.

#### **4.8.2 Informed Consent**

Lembar persetujuan menjadi sebagai bukti bahwa responden bersedia menjadi responden penelitian. Peneliti tidak boleh memaksa dan tetap menghormati pilihan responden yang menolak untuk menjadi responden penelitian.

#### **4.8.3 Anonymity (Tanpa Nama)**

Nama responden disamarkan pada lembar pengumpulan data dan hanya dituliskan sebagai inisial saja. Hal ini bertujuan untuk menjaga kerahasiaan identitas responden.

#### **4.8.4 Confidentially (Kerahasiaan)**

Semua informasi yang telah didapat tetap terjaga kerahasiannya oleh peneliti dan hanya beberapa data tertentu saja yang akan dilaporkan dalam hasil.

## BAB 5 HASIL PENELITIAN

Penelitian dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang” yang sudah dilaksanakan di Puskesmas Patrang pada tanggal 14 Juli 2023 dengan jumlah sampel 15 responden. Untuk hasil pengumpulan data yang sudah dilakukan peneliti akan disajikan dalam bentuk data umum dan data khusus.

### 5.1 Data Umum

Data umum yang disajikan pada bab ini berupa karakteristik responden yang meliputi distribusi frekuensi usia ibu responden, pekerjaan ibu responden, usia bayi, dan jenis kelamin bayi, yang secara rinci akan diuraikan sebagai berikut:

#### 5.1.1 Karakteristik Ibu Responden Berdasarkan Usia

**Tabel 5.1** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Ibu Responden (n=15)

Usia Ibu Responden	Frekuensi	Persentase (%)
23-25 tahun	5	33,3
26-30 tahun	7	46,7
31-35 tahun	3	20,0
Total	15	100,0

Berdasarkan tabel 5.1 bahwa sebagian besar ibu responden dalam penelitian ini berusia 26-30 tahun yaitu sebanyak 7 ibu (46,7%).

#### 5.1.2 Karakteristik Ibu Responden Berdasarkan Pekerjaan

**Tabel 5.2** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Pekerjaan Ibu Responden

Pekerjaan	Frekuensi	Persentase (%)
IRT	14	93,3
Guru	1	6,7
Total	15	100,0

Berdasarkan Tabel 5.2 bahwa hampir seluruhnya ibu responden dalam penelitian ini pekerjaannya ibu rumah tangga (IRT) yaitu sebanyak 14 ibu (93,3%)

### 5.1.3 Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

**Tabel 5.3** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Paritas Responden

Paritas	Frekuensi	Persentase (%)
Primipara	7	46,7
Multipara	8	53,3
Total	15	100,0

Berdasarkan Tabel 5.3 bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini sudah memiliki 2-3 anak (multipara) yaitu sebanyak 8 orang (53,3%).

### 5.1.4 Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

**Tabel 5.4** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia Responden (n=15).

Usia Bayi	Frekuensi	Persentase (%)
4 – 5 bulan	14	93,3
6 bulan	1	6,7
Total	15	100,0

Berdasarkan Tabel 5.4 bahwa hampir seluruhnya responden dalam penelitian ini berusia 4- 5 bulan yaitu sebanyak 14 bayi (93,3%).

### 5.1.5 Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

**Tabel 5.5** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Jenis Kelamin Responden

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
laki-laki	7	46,7
perempuan	8	53,3
Total	15	100,0

Berdasarkan Tabel 5.5 bahwa sebagian responden dalam penelitian ini berjenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 8 orang (53,3%).

## 5.2 Data Khusus

### 5.2.1 Hasil Identifikasi Frekuensi Menyusu Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi

Berikut ini hasil penelitian terhadap 15 bayi berdasarkan peningkatan frekuensi menyusu pada bayi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi di Puskesmas Patrang.

**Tabel 5.6** Frekuensi Menyusu Pada Bayi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi

Frekuensi menyusu		Frekuensi	Persentase(%)
Frekuensi menyusu sebelum	Kurang (<7x)	7	46,7
	Cukup (7-10x)	8	53,3
	Total	15	100,0
Frekuensi menyusu Sesudah	Kurang (<7x)	2	13,3
	Cukup (7-10x)	6	40,0
	Sering (>10x)	7	46,7
	Total	15	100,0

Berdasarkan Tabel 5.6 Hasil olah data dengan SPSS sebagian besar responden frekuensi menyusu pada bayi sebelum dilakukan pijat bayi yaitu 8 bayi (53,3%) dan dalam kategori cukup. Sebagian besar responden frekuensi menyusu pada bayi sesudah dilakukan pijat bayi yaitu 7 bayi (46,7%) dan dalam kategori sering.

### 5.2.2 Hasil Identifikasi Durasi Menyusu Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi

**Tabel 5.7** Durasi Menyusu Pada Bayi Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi

Durasi menyusu		Frekuensi	Persentase (%)
Durasi menyusu sebelum	Sebentar (<10 menit)	5	33,3
	Cukup (10-20 menit)	10	66,7
	Total	15	100,0
Durasi menyusu sesudah	Sebentar (<10 menit)	2	13,3
	Cukup (10-20 menit)	8	53,3
	Lama (>20 menit)	5	33,3
	Total	15	100,0

Berdasarkan Tabel 5.7 Hasil olah data dengan SPSS sebagian besar responden durasi menyusui pada bayi sebelum dilakukan pijat bayi yaitu 10 bayi (66,7%) dan dalam kategori cukup. Sebagian besar responden durasi menyusui pada bayi sesudah dilakukan pijat bayi yaitu 8 bayi (53,5%) dan dalam kategori cukup.

### 5.2.3 Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusui Pada Bayi

**Tabel 5.8** Distribusi Hasil Uji *Wilcoxon Tes* Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusui Pada Bayi Di Puskesmas Patrang

	Test Statistics <sup>a</sup>	
	Frekuensi Menyusui Sesudah - Frekuensi Menyusui Sebelum	Durasi Menyusui Sesudah - Durasi Menyusui Sebelum
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001	,005

- a. Wilcoxon Signed Ranks Test  
b. Based on negative ranks.

Tabel 5.8 hasil uji *Wilcoxon Tes* peningkatan frekuensi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi berdasarkan data yang di peroleh pada tabel 5.8 menunjukkan hasil uji *Wilcoxon Tes* dengan nilai  $P\text{-value}=0,001 < \alpha=0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima. Dan hasil uji *Wilcoxon Tes* peningkatan durasi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi berdasarkan data yang di peroleh pada tabel 5.8 menunjukkan hasil uji *Wilcoxon Tes* dengan nilai  $P\text{-value}=0,005 < \alpha=0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusui Pada Bayi Di Puskesmas Patrang.

## **BAB 6 PEMBAHASAN**

Pada bab ini peneliti akan menyajikan hasil penelitian dan pembahasan dari pengumpulan data dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang” sebagai berikut:

### **6.1 Data Khusus**

#### **6.1.1 Peningkatan Frekuensi Menyusu Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi**

Dalam penelitian ini peningkatan frekuensi menyusu sebelum dilakukan pijat bayi adalah sebanyak 8 bayi (53,3%) dalam kategori cukup. Sebagian besar responden frekuensi menyusu pada bayi sesudah dilakukan pijat bayi yaitu 7 bayi (46,7%) dan dalam kategori sering.

Frekuensi menyusu pada bayi adalah banyaknya bayi menyusu pada ibunya dalam sehari. Semakin sering bayi menyusu, semakin banyak ASI yang diproduksi oleh ibu. Bayi cukup bulan dan bayi lahir prematur mungkin memiliki frekuensi menyusu yang berbeda. Bayi prematur belum memiliki kematangan lengkap untuk menyusu langsung dari payudara ibu. Hal ini sejalan dengan penelitian Farida Y, Mardianti, menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusu bayi usia 1-3 bulan di BPS Saraswati Sleman Yogyakarta. Frekuensi menyusui berhubungan dengan kemampuan stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin dalam kelenjar payudara ibu. Prolaktin merangsang produksi ASI, sementara oksitosin memicu pelepasan ASI dari payudara. Frekuensi menyusui berhubungan dengan kemampuan stimulasi hormon prolaktin dan oksitosin dalam

kelenjar payudara ibu. Prolaktin merangsang produksi ASI, sementara oksitosin memicu pelepasan ASI dari payudara (Lestari, 2018).

Menurut asumsi peneliti pijat bayi dapat menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan frekuensi menyusui pada bayi antara lain usia bayi: Bayi yang lebih muda cenderung perlu menyusui lebih sering karena lambung mereka masih kecil dan kapasitasnya terbatas, sehingga mereka membutuhkan asupan nutrisi lebih sering. Penggunaan dot atau botol: Penggunaan dot atau botol dapat mempengaruhi pola menyusui bayi. Beberapa bayi yang menggunakan dot atau botol cenderung minum lebih cepat daripada menyusui langsung, sehingga mungkin perlu menyusui lebih sering. Kondisi kesehatan bayi: Beberapa kondisi kesehatan tertentu dapat mempengaruhi frekuensi menyusui, misalnya bayi yang sakit mungkin perlu menyusui lebih sering karena kebutuhan nutrisi dan cairan yang lebih tinggi.

### **6.1.2 Peningkatan Durasi Menyusui Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Pijat Bayi**

Dalam penelitian ini peningkatan durasi menyusui pada bayi sebelum dilakukan pijat bayi yaitu 10 bayi (66,7%) dan dalam kategori cukup. Sebagian besar responden durasi menyusui pada bayi sesudah dilakukan pijat bayi yaitu 8 bayi (53,5%) dan dalam kategori cukup.

Durasi menyusui adalah waktu yang dihabiskan oleh bayi saat menyusui dari payudara ibu dalam satu sesi menyusui. Setiap sesi menyusui memiliki durasi yang berbeda-beda tergantung pada bayi dan situasi khususnya. Hal ini sejalan dengan penelitian Farida Y, Mardianti, menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui bayi usia 1-3 bulan di BPS Saraswati

Sleman Yogyakarta. Beberapa bayi bisa menyusui dengan cepat, hanya beberapa menit, sementara yang lain mungkin memerlukan waktu lebih lama, bisa mencapai 20-40 menit atau lebih. Jika kegiatan menyusui berlangsung terlalu lama (lebih dari setengah jam) atau terlalu pendek (kurang dari 4 menit), hal ini menunjukkan kemungkinan adanya masalah pada perlekatan antara bayi dan puting susu ibu. Durasi yang baik saat menyusui menurut Sentra Laktasi Indonesia sebaiknya 20-30 menit. Dengan durasi menyusui yang normal yaitu ketika payudara sudah terasa kosong dan bayi terasa puas saat menyusui dapat mengurangi resiko infeksi pada payudara (Lestari, 2018).

Menurut asumsi peneliti pijat bayi dapat menjadi salah satu faktor yang dapat meningkatkan durasi menyusui pada bayi antara lain Usia bayi: Bayi baru lahir mungkin hanya menyusui selama beberapa menit pada setiap sesi, karena lambung mereka masih kecil dan mudah penuh. Namun, seiring pertumbuhan, mereka mungkin menyusui lebih lama pada setiap sesi. Teknik menyusui: Jika bayi sudah terampil menyusui dan ibu menyusui memberikan dukungan yang tepat, bayi bisa lebih efisien dalam mengosongkan payudara dan mengambil ASI dengan lebih cepat. Kondisi kesehatan: Jika bayi sedang sakit atau tidak merasa baik, durasi menyusui mungkin berubah karena mereka mungkin lebih mudah lelah atau kurang tertarik untuk menyusui.

### **6.1.3 Menganalisis Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusui Pada Bayi**

Hasil uji *Wilcoxon Tes* peningkatan frekuensi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi berdasarkan data yang di peroleh menunjukkan hasil uji *Wilcoxon Tes*

dengan nilai  $P\text{-value}=0,001 < \alpha=0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima. Hasil uji *paired t tes* peningkatan durasi sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi berdasarkan data yang di peroleh menunjukkan hasil uji *paired t tes* dengan nilai  $P\text{-value}=0,005 < \alpha=0,05$  maka  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  di terima yang artinya terdapat pengaruh yang signifikan Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang.

Frekuensi menyusu pada bayi mengacu pada berapa kali bayi menyusu dalam satu periode waktu tertentu, biasanya diukur dalam satuan per hari. Bayi yang dilakukan pijatan akan mendapatkan efek lapar sehingga frekuensi menyusu pada bayi akan bertambah (Fitriyanti et al., 2019). Hal ini sejalan dengan penelitian Fitriahadi (2016) Pijat bayi adalah metode 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 rileks, peredaran darah akan menjadi lancar dan tidur bayi akan nyenyak. Frekuensi menyusu menggambarkan seberapa sering bayi menyusu dari payudara ibu dalam satu hari. Frekuensi menyusu dapat bervariasi dari satu bayi ke bayi lainnya, tergantung pada berbagai faktor, termasuk usia bayi, pertumbuhan, kebutuhan nutrisi, kesehatan bayi, dan tingkat aktivitas fisiknya. Durasi menyusu pada bayi adalah waktu yang dihabiskan oleh bayi saat menyusu dari payudara ibu dalam satu sesi menyusui. Faktor yang mempengaruhi durasi menyusu adalah usia bayi, tehnik menyusu, dan kesehatan bayi.

Menurut asumsi dari peneliti pijat bayi dapat meningkatkan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi karena pijat bayi dilakukan dengan sentuhan pelan,

minim penekanan, lembut dan halus yang dapat merangsang kulit wajah sampai ujung kaki dimana dengan melakukan pemijatan bayi seluruh otot bayi akan rileks, peredaran darah menjadi lancar, dan tidur bayi semakin nyenyak. Selain itu pijat bayi juga bisa merangsang nervus vagus yang menyebabkan pengosongan pada lambung sehingga meningkatkan frekuensi dan durasi menyusui. Pijat bayi juga meningkatkan hormon prolaktin dan oksitosin pada ibu yang dipengaruhi oleh isapan bayi / let down reflek. Faktor yang dapat mempengaruhi frekuensi dan durasi menyusui yaitu usia bayi, karena ukuran lambung setiap usia bayi berbeda. Kemudian paritas, ibu dengan paritas lebih dari satu akan lebih percaya diri dan mampu mengatasi hambatan-hambatan yang terjadi pada saat menyusui.

#### **6.1.4 Keterbatasan Peneliti**

Penelitian ini juga memiliki keterbatasan yang belum dapat dipenuhi dan menjadi kekurangan yang dapat diperbarui lagi untuk kedepannya. Keterbatasan penelitian yakni peneliti tidak meneliti teknik perlekatan.

## **BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN**

Pada bab ini peneliti akan menyampaikan kesimpulan dan saran terkait dengan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang” sebagai berikut:

### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang dapat disimpulkan bahwa:

7.1.1 Frekuensi menyusu sebelum dilakukan pijat bayi di Puskesmas Patrang sebagian besar responden dalam kategori cukup. Sedangkan frekuensi menyusu sesudah dilakukan pijat bayi sebagian besar responden dalam kategori sering.

7.1.2 Durasi menyusu sebelum dan sesudah diberikan pijat bayi di Puskesmas Patrang sebagian besar responden dalam kategori cukup.

7.1.3 Terdapat pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi di Puskesmas Patrang.

### **7.2 Saran**

#### **7.2.1 Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan bagi mahasiswa di Universitas dr. Soebandi Jember mengenai pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi.

### **7.2.2 Bagi Instansi Kesehatan**

Bagi Instansi Kesehatan Terutama di Kota Jember Penelitian ini dapat dipakai untuk menyusun rencana pembentukan kebijakan terhadap pelayanan dan meningkatkan pengetahuan tentang pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusu pada bayi.

### **7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan penelitian ini menjadi bahan penambahan wawasan dan keilmuan sehingga dapat dan mampu dikembangkan pada lokasi lain di kemudian hari untuk lebih baik lagi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Albertina, M., Melly, H., Shoufiah, R., 2015. Hubungan Pijat Oksitosin Dengan Kelancaran Produksi Asi Pada Ibu Post Partum Seksio Sesarea Hari Ke 2-3. *Jurnal Husada Mahakam Iii*, 452–522.
- Arifianto. 2019. *Gema Indonesia Menyusui*. Jakarta : Mizan Publika`
- Darma Sakti Tanjung, R., Ritonga, S., Ramadayani, D., 2022. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Usia 1-6 Bulan Di Klinik Fina Sembiring Kelurahan Sari Rejo Kota Medan Tahun 2022. *Gentle Birth* 5, 78–84.
- Fazrin, I., Anggraeni, S., Saputro, H., Nurwijayanti, Agustina, E., 2021. Edukasi Gizi, Tumbuh Kembang, Pijat Anak Menggunakan Metode Demonstrasi Audiovisual Pada Kader Masa Pandemi Covid19, 1st Ed. Strada Press, Kediri.
- Fitriyanti, Y.E., Arsyard, G., Sumiaty, 2019. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan. *Jurnal Bidan Cerdas* 1, 144–150.
- Fitriahadi, E. (2016). Pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui bayi. *Jurnal kesehatan masyarakat*.
- Gunawan, M.A., 2015. Statistik Penelitian Bidang Pendidikan, Psikologi Dan Sosial, 1st Ed. Parama Publishing, Yogyakarta.
- Hasnani, 2020. Literatur Review : Pengaruh Edukasi Teknik Menyusui Terhadap Perlekatan Bayi Pada Ibu Post Partum Literatur Review. Poltekkes Kemenkes Kendari , Kendari .
- Kemenkes, 2019. Laporan Nasional Riskesdas 2018. Jakarta.
- Kent, G., 2021. Good Questions 14: Is Feeding With Infant Formula Much Worse Than Breastfeeding?, *World Nutrition*.
- Lapau. 2013. *Metodologi Penelitian: Yayasan Pustaka Obot Indonesia*. Jakarta
- Lestari, A.N., 2018. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Pada Bayi Di Bpm Vitri Suzanti, Bpm Choirul Mala Husin Dan Bpm Fauziah Hatta Kota Palembang Tahun 2018. Poltekkes Kemenkes Palembang , Palembang.
- Marni, 2019. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi. *Jurnal Kebidanan Indonesia* 10, 12–18.
- Nasution, I.F., 2018. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Bayi 0-30 Hari Di Klinik Pratama Niar Medan Amplastahun 2018. Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan, Medan.
- Payakkaraung, S., Nuampa, S., 2021. Effectiveness Of Different Massage Techniques For Breastfeeding Mothers To Increase Milk Production Effectiveness Of Different Massage Techniques For Breastfeeding Mothers

- To Increase Milk Production: A Systematic Review. *Pacific Rim Int J Nurs Res* 25, 114–130.
- Prasetyono, D.S., 2013. *Buku Pintar Pijat Bayi*. Buku Biru, Yogyakarta.
- Ramdhan, M. (2021). *Metode Penelitian*(A. A. Effendy (ed.)). Cipta Media Nusantara (CMN).
- Rasdiana, Ramba, Y., Halimah, A., Erawan, T., Fajriah, S.N., Suharto, 2022. Pengaruh Massage Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Menyusui Dan Berat Badan Bayi Pada Usia 1-6 Bulan. *Media Fisioterapi Kesehatan Makassar* 14, 26–31.
- Rinaldi, S.F., Mujiyanto, B., 2017. *Metodologi Penelitian Dan Statistik ; Bahan Ajar Teknologi Laboratorium Medis*, 1st Ed. Pusat Pendidikan Sumber Daya Manusia Kesehatan, Badan Pengembangan Dan Pemberdayaan Sumber Daya Manusia Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia , Jakarta.
- Rinata, E., Rusdyati, T., Sari, P.A., 2016. Teknik Menyusui Posisi, Perlekatan Dan Keefektifan Menghisap-Studi Pada Ibu Menyusui Di Rsud Sidoarjo, In: *Rakernas Aipkema 2016: Temu Ilmiah Hasil Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat* . Universitas Muhammadiyah Semarang , Semarang, Pp. 128–139.
- Ritonga, N.J., Majidah, H.A., Sitorus, R., Anuhgera, D.E., Hayati, K., Purba, A.S.G., 2020. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu. *Jurnal Kebidanan Kestra (Jkk)* 3, 105–109. <https://doi.org/10.35451/Jkk.V3i1.490>
- Siswanti, D. 2019. Pengaruh Pemberian Asi Eksklusif Terhadap Berat Badan Bayi Di Klinik Hj. Dewi Sesmera Kota Medan Tahun 2019. Institut Kesehatan Helvetia Medan.
- Situmorang, C.C., Sri Artina Dewi, N.N., Kristina, 2022. Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusui Pada Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Mutiara Kesehatan Masyarakat* 7,94–100. <https://doi.org/10.51544/Jmkm.V7i2.3469>
- Suhartik, Kusumawati, E., 2022. Hubungan Pijat Bayi Dengan Frekuensi Menyusu Pada Bayi Usia 1-6 Bulan. *Jurnal Ilmiah Obstetri Gynekologi Dan Ilmu Kesehatan* 10, 13–20.
- Sutiyah, Husna, N., 2019. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusui Pada Bayi Di Bpm Puskesmas Langsa Lama. *Jurnal Edukes* 2, 57–63.
- Zhang, Z., Zhu, Y., Zhang, L., Wan, H., 2018. What Factors Influence Exclusive Breastfeeding Based On The Theory Of Planned Behaviour. *Midwifery* 62, 177–182. <https://doi.org/10.1016/J.Midw.2018.04.006>



## Lampiran 2 Surat Layak Etik



**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL*  
 "ETHICAL APPROVAL"

No.359/KEPK/UDS/VI/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

Peneliti utama : Rensa Nor Janah  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Universitas dr. Soebandi  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang"**

*"The Effect of Infant Massage on Increasing the Frequency and Duration of Breastfeeding in Infants at the Patrang Health Center"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang menunjuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfilment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 03 Juli 2023 sampai dengan tanggal 03 Juli 2024.

*This declaration of ethics applies during the period July 03, 2023 until July 03, 2024.*



July 03, 2023  
 Professor and Chairperson,



Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb

Anggota Peneliti : Rensa Nor Janah

### Lampiran 3 Surat Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik



**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536,  
E\_mail : [fikes@uds.ac.id](mailto:fikes@uds.ac.id) Website: <http://www.uds.di.ac.id>

Nomor : 6136/FIKES-UDS/U/VII/2023  
Sifat : Penting  
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Bapak/ Ibu Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Jember

Di

TEMPAT

*Assalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.*

Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan., dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama : Rensa Nor Janah  
Nim : 19050038  
Program Studi : S1 Kebidanan  
Waktu : Juli 2023  
Lokasi : Puskesmas Patrang  
Judul : PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN FREKUENSI DAN DURASI MENYUSU PADA BAYI DI PUSKESMAS PATRANG

Untuk dapat melakukan Ijin Penelitian pada lahan atau tempat penelitian guna penyusunan dari penyelesaian Tugas Akhir.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.

*Wassalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.*

Jember, 04/07/2023

Universitas dr. Soebandi  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,



api Indawati Setyaningrum., M.Farm  
NIK. 19890603 201805 2 148

## Lampiran 4 Surat Dinas Kesehatan



**PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER**  
**DINAS KESEHATAN**  
Jl. Srikoyo 1/03 Jember Telp. (0331) 487577 Fax (0331) 426624 JSC FAI: (0331) 425222  
Website : [dinkes.jemberkab.go.id](http://dinkes.jemberkab.go.id), E-mail : [dinas.kesehatan@jemberkab.go.id](mailto:dinas.kesehatan@jemberkab.go.id)  
**JEMBER** Kode Pos 68111

---

Nomor : 440/12870/311/2023  
Sifat : Penting  
Lampiran : -  
Perihal : Penelitian

Jember, 06 Juli 2023  
Kepada  
Yth. Kepala Bidang Kesmas  
Dinas Kesehatan Kab. Jember  
Kepala UPT. Puskesmas Patrang

di **JEMBER**

Menindak Lanjuti Surat Nomor : 074/2205/415/2023, Tanggal 04 Juli 2023, Perihal Ijin Penelitian, dengan ini harap Saudara dapat memberikan Data Seperlunya kepada

Nama/NIM : Rensa Nor Janah / 19050038  
Alamat : Jl. dr. Soebandi No.99 Jember  
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi  
Keperluan : Melaksanakan kegiatan Penelitian tentang "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi dan Durasi Menyusu pada Bayi di Puskesmas Patrang"  
Waktu : 06 Juli 2023 s/d 06 Agustus 2023  
Pelaksanaan

Sehubungan dengan hal tersebut pada prinsipnya kami tidak keberatan, dengan catatan:

1. Penelitian ini benar-benar untuk kepentingan penelitian
2. Tidak dibenarkan melakukan aktifitas politik
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan & melakukan social distancing
4. **Menyerahkan hasil kegiatan studi terkait dalam bentuk Softcopy / CD ke Sub Bag Perencanaan dan Pelaporan Dinas Kesehatan Kab. Jember**

Selanjutnya Saudara dapat memberi bimbingan dan arahan kepada yang bersangkutan. Demikian dan atas perhatiannya disampaikan terima kasih.

**Pt. KEPALA DINAS KESEHATAN  
KABUPATEN JEMBER**

  
**dr. HENBRO SOELISTIONO, M.M., M.Kes**  
Pembina TK I (IV/b)  
NIP. 19660418 200212 1 001

Tembusan:  
Yth. 1. Kepala Subbag Perencanaan dan Pelaporan  
Dinas Kesehatan Kab. Jember  
2. Sdr. Yang bersangkutan  
di Tempat

## Lampiran 5 Permohonan Menjadi Sampel Penelitian

**SURAT PERMOHONAN KESEDIAAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada:  
Yth. Ibu  
di-tempat

Dengan hormat,

Yang bertanda tangan dibawah ini adalah mahasiswa Program Studi Ilmu Kebidanan Universitas dr. Soebandi:

Nama : Rensa Nor Janah  
NIM : 19050038

Akan melakukan penelitian tentang **“Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang”** maka saya mengharapkan bantuan Bapak/Ibu/Saudara/i untuk berpartisipasi dalam penelitian ini dengan responden pada penelitian ini. Partisipasi Bapak/Ibu/Saudara/i bersifat bebas artinya tanpa adanya sanksi apapun. Semua informasi dan data pribadi Bapak/Ibu/Saudara/i atas penelitian ini tetap dirahasiakan oleh peneliti. Jika Bapak/Ibu/Saudara/i bersedia menjadi responden dalam penelitian kami mohon untuk menandatangani formulir persetujuan menjadi peserta penelitian. Demikian permohonan saya, atas kerjasama dan perhatiannya saya ucapkan terima kasih.

Jember, 14.11.2023

  
Rensa Nor Janah  
NIM. 19050038

## Lampiran 6 Inform Consent

### SURAT PERSETUJUAN MENJADI SAMPEL PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Risma.

Umur : 32 tahun.

Alamat: Jl. Patrang.

Menyatakan bersedia menjadi subjek (responden) dalam penelitian yang dilakukan oleh Mahasiswa Program Studi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kebidanan Universitas dr Soebandi yang tertanda di bawah ini :

Nama : Rensa Nor Janah

NIM : 19050038

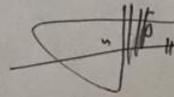
Judul : *"Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Di Puskesmas Patrang"*

Prosedur penelitian ini tidak akan memberikan dampak dan resiko apapun pada subjek penelitian, karena semata-mata untuk kepentingan ilmiah serta kerahasiaan didalamnya dijamin sepenuhnya oleh peneliti.

Dengan ini saya menyatakan bersedia secara sukarela untuk menjadi subjek dalam penelitian ini.

Jember, 14.07.2023

Responden,



(.....Risma.....)

## Lampiran 7 Lembar Observasi

**LEMBAR OBSERVASI**

**PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN FREKUENSI  
DAN DURASI MENYUSU PADA BAYI DI PUSKESMAS PATRANG**

1). Identitas Narasumber

a. Nama Ibu : Pisma  
b. Alamat : Patrang  
c. Usia : 32 th  
d. Pekerjaan : RT

2). Identitas Bayi

a. Nama Bayi : Kiki  
b. Jenis Kelamin anak : LF  
c. Usia anak : 5 bulan  
d. anak 2 dari 2 bersaudara.

43

Lembar Observasi Frekuensi		
No	Pertanyaan	Jawaban Responden
1.	Berapa kali biasanya bayi menyusui dalam sehari sebelum diberi pijat bayi?	10 x sehari
2.	Berapa kali biasanya bayi menyusui dalam sehari sesudah diberi pijat bayi?	15 x sehari

Lembar Observasi Durasi		
No	Pertanyaan	Jawaban Responden
1.	Berapa menit biasanya bayi memerlukan waktu untuk menyusui sebelum diberi pijat bayi?	8 menit
2.	Berapa menit biasanya bayi memerlukan waktu untuk menyusui sesudah diberi pijat bayi?	10 menit

### Lampiran 8 SOP (Standart Operasional Prosedur) Pijat Bayi

	<b>UNIVERSITAS dr.SOEBANDI</b>
	<b>STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP)</b>
	<b>PIJAT BAYI</b>
<b>Pengertian</b>	Tindakan stimulasi tubuh bayi dengan terapi sentuhan untuk meningkatkan sirkulasi darah dan tumbuh kembang bayi yang lebih optimal
<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Merangsang syaraf motoric</li> <li>2. Memperbaiki pola tidur</li> <li>3. Membantu memperlancar system pencernaan</li> <li>4. Meningkatkan ketenangan emosional anak</li> <li>5. Meningkatkan pertumbuhan</li> <li>6. Meningkatkan daya tahan tubuh</li> <li>7. Membina ikatan kasih sayang orangtua dan anak</li> </ol>
<b>Kebijakan</b>	<p>Bayi dalam kondisi sehat</p> <p>Yang perlu di perhatikan saat memijat bayi :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Mohon ijin, Lakukan Pemeriksaan Fisik Sebelum melakukan Pemijatan &amp; Serta kan Orang tua</li> <li>2. Sentuhan ringan à tambah tekanan jika bayi sudah terbiasa</li> <li>3. Bernyanyilah dan ajak komunikasi Hindarkan mata bayi dari oil/ lotion</li> <li>4. Gunakan vegetable oil dalam memijat</li> <li>5. Tanggap dengan isyarat yang diberikan bayi</li> <li>6. Mulai pada daerah kaki krn biasanya bayi lebih menerima</li> <li>7. Konsultasikan dg dokter jika mendapat permasalahan.</li> </ol>

<p><b>Persiapan Pijat Bayi</b></p>	<p>Tentukan Waktu yang Tepat</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Bayi tidak dalam keadaan lapar atau terlalu kenyang</li> <li>2. Bayi tidak dalam keadaan sakit</li> </ol> <p>Persiapan Alat dan Bahan</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Pengalas bayi yang empuk dan lembut</li> <li>2. Handuk/ Lap</li> <li>3. Popok dan baju ganti</li> <li>4. Mainan Bayi</li> <li>5. Tissue</li> </ol> <p>Persiapan Terapist</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Cuci tangan</li> <li>2. Kuku pendek</li> <li>3. Cincin, jam tangan, barang yang berpotensi melukai bayi, semua di lepaskan</li> <li>4. Alat komunikasi di silent</li> <li>5. Terapis dalam kondisi fit</li> </ol> <p>Persiapan Ruang</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Hangat</li> <li>3. Tidak silau</li> <li>3. Tidak ada lampu di atas kepala bayi</li> <li>4. Tenang, nyaman dan tidak berisi.</li> </ol> <p>(Fazrin et al., 2021)</p>
<p><b>Prosedur Pelaksanaan</b></p>	<p>Teknik Pijat Bayi</p> <p>Sebelum memulai tindakan pijat bayi penting bagi kita untuk memahami dan melakukan sesuai prosedur</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>(1) Mohon ijin dengan bayi</li> <li>(2) Release Emotion</li> <li>(3) Doa bersamam bayi</li> <li>(4) Lepaskan baju</li> <li>(5) Ambil minyak secukupnya kemudia gosok-gosokan di depan bayi atau di samping telinga</li> </ol> <p>Teknik / Mekanisme Pijat bayi</p>

## a. Mekanisme pemijatan

### A. Kaki ( Feet )



#### 1. StillTouch

Melakukan gerakan sentuh atau menggenggam pada pergelangan kaki bayi kearah paha/ pangkal paha kemudian bergantian tangan kanan dan kiri .

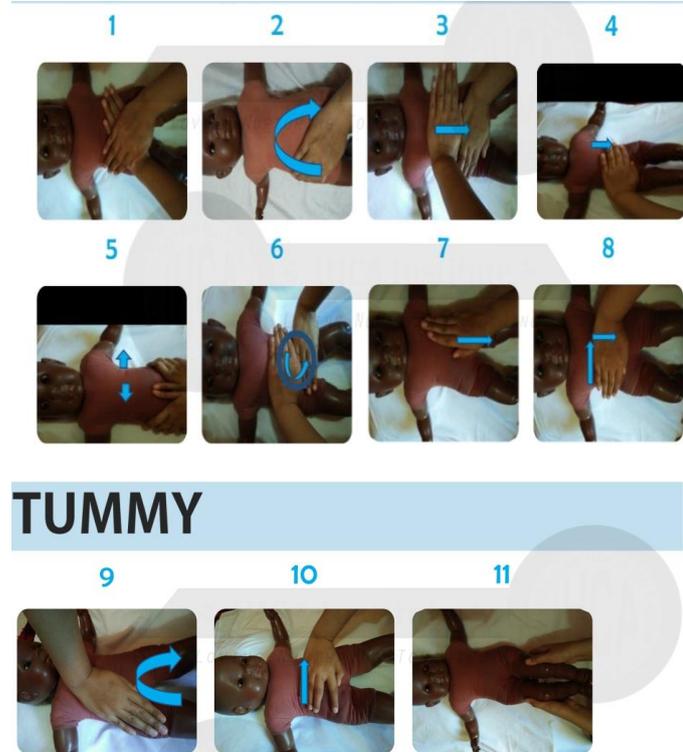


#### 2. Indian Milking

Peganglah kaki bayi pada pangkal paha, seperti memegang pemukul soft ball, selanjutnya gerakan

	<p>tangan ke bawah secara bergantian, seperti memerah susu.</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>3. Peluk dan Meluncur ( Hug and Glide ) Melakukan gerakan melingkar pada pergelangan kaki bayi kearah paha/ pangkal paha seperti meluncur</li> <li>4. Lingkaran Femur ( femur circle ) Paha bayi di pegang salah satu tangan dan tangan terapis lainnya sambil membuat lingkaran.</li> <li>5. Jempol di atas jempol (Thumb Over Thumb) Lakukan pijat dari arah tumit ke arah perbatasan jari kaki</li> <li>6. Gulungan Kaki (Toe Rolls) Pijatlah jari jarinya satu persatu dengan gerakan memutar menjauhi telapak kaki, di akhiri dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari.</li> <li>7. Tekan Bola Kaki ( Press Ball Of Foot) Pegang pergelangan kaki dengan tangan kanan terapis tekan ujung telapak kaki dengan ujung jari terapis, sedangkan telunjuk terapis menekan bantalan kaki atau bagian bawah jari.</li> <li>8. Telapak kaki ( tumb press ) Urutlah telapak kaki bayi dengan kedua ibu jari secara bergantian, di mulai dari tumit kaki menuju jari-jari di seluruh telapak kaki.</li> <li>9. Titik Tekan Atas Kaki (top of food) Melakukan gerakan mengurut dengan kedua ibu jari pada punggung kaki dari jari kaki ke arah pergelangan kaki</li> <li>10. Lingkaran Pergelangan Kaki (Ankle Circle) Dengan mempergunakan kedua ibu jari secara bergantian pijatlah punggung kaki dari pergelangan kaki secara melingkar kearah jari-jari secara bergantian</li> <li>11. Gerakan PerahanSwedia (Swedish milking) Melakukan ucapan kaki bayi dari pergelangan menuju pangkal paha dengan tangan secara bergantian</li> <li>12. Gerakan Menggulung (Rolling) Gerakan menggulung dilakukan dengan menggulung gulung kaki bayi dengan lembut menggunakan tangan dari pangkal ke pergelangan kaki.</li> <li>13. Integration</li> </ol>
--	--

## B. TUMMY



## TUMMY



LOVING, NURTURING, TOUCHING

1. Abdomen Permission  
Meletakkan kedua tangan terapis diatas perut bayi kemudian mengusap lembut dari perut ke arah pangkal paha sebagai sentuhan permissi.
2. Gerakan membuka buku (N. Series)  
Dilakukan dengan mengusap perut bayi menuju kesamping menggunakan ibu telapak.
3. Kincir Air (Water Wheel A)  
Lakukan gerakan memijat pada perut bayiseperti mengusap dari dada kebawah perut bergantian dengan tangan kanan dan tangan kiri.
4. Kincir Air B (water wheel b)  
Letakkan satu tangan di atas perut, kemudian tangan yang lain mengusap dari dada kea rah perut sebanyak.
5. Open Book  
Letakkan kedua ibu jari di samping kanan kiri pusat perut dan gerakan kearah samping kiri dan kanan.
6. Sun Moon

Lakukan gerakan memijat pada perut bayi seperti memutar dari dada kebawah perut bergantian dengan tangan kanan dan tangan kiri.

7. Gerakan I love You

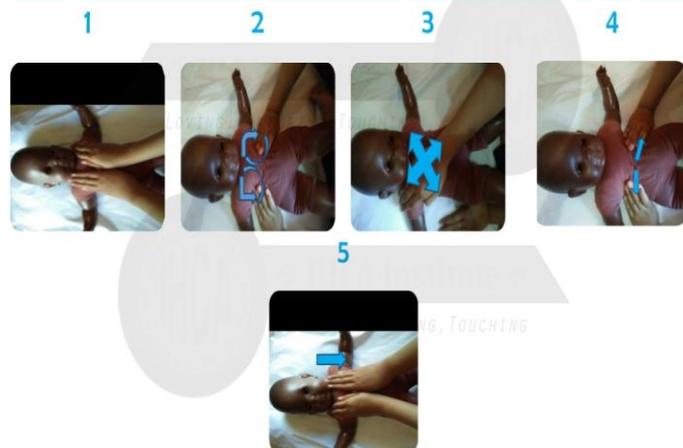
"I" Pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf "I" "LOVE" Pijatlah perut bayi membentuk huruf "L" terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah "YOU" Pijatlah perut bayi membentuk huruf "U" terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian ke kiri, ke bawah, dan berakhir di perut kiri bawah.

8. Jari-jari Berjalan (Walking Fingers)

Letakan ujung jari-jari salah satu tangan bunda pada perut bayi bagian kanan lakukan seperti berjalan dengan menggunakan jari Ojari diatas perut bayi dari kiri ke kanan.

9. Integration

### C. DADA/CHEST



1. Chest Permission

Meletakkan kedua telapak tangan pada dada bayi sambil mengusap turun kearah pangkal paha.

2. Love Besar (Big Love)

Buatlah gerakan yang menggambarkan love besar dengan emletakan ujung-ujung jari kedua telapak tangan terapis di tangan dad bayi dan buat gerakan keatas sampai ke bawah leher kemudian ke samping diatas tulang selangkah lalu ke bawah membentuk love dan kembali ke ulu hati.

3. Kupu-kupu (Butterfly)

Buatlah gerakan diagonal seperti gambaran kupu-kupu. dimulai dengan tangan kanan membuat gerakan memijat menyilang dari tengah dada ulu hati ke arah bahu kanan, dan kembali ke ulu hati, selanjutnya gerakan tangan kiri anda ke bahu kiri dan kembali ke ulu hati.

4. Membuka buku (Open Chest)

Buatlah gerakan dari ulu hati menuju atas kemudian lakukan gerakan menyamping seolah-olah sedang membuka buku.

5. Integration

#### D. HAND AND ARM



1. Still Touch

Melakukan gerakan sentuh atau menggenggam pada pergelangan tangan bayi ke arah ketiak kemudian bergantian tangan kanan dan kiri.

2. Limpahatic Drag

Buatlah gerakan memijat dan pergelangan tangan bayi ke ketiak dan atas ke bawah.

3. Perahan cara India (Indian Milking)

Arah pijatan cara India ialah pijatan yang menjauhi tubuh. Guna pemijatan ini adalah untuk relaksasi atau melemaskan otot, tanyanya adalah peganglah lengan bayi bagian pundak tangan kanan seperti memegang pemukul soft ball. tangan kiri memegang pergelangan tangan bayi, selanjutnya, gerakkan tangan kanan mulai dari bagian pundak ke arah pergelangan tangan, kemudian gerakkan tangan kanan kiri dari pergelangan tangan ke arah pundak, demikian seterusnya, gerakkan tangan kanan dan ke

kiri ke bawah secara bergantian dan berulang-ulang seolah memerah susu sapi.

4. Hug and Glide  
Gerakan seperti memeras tangan bayi, mulai dari pangkal tangan sampai ujung tangan,
5. Circle Arms  
Menggunakan ujung tangan pijat memutar ke daerah lengan bayi mulai dari pangkal paha sampai pergelangan.
6. Palm Stroke  
Jari telunjuk dan ibu jari terapis, lakukan pemijatan pada jari-jari bayi.
7. Putar jari-jari (Finger Roll)  
Pijat lembut jari bayi satu per satu menuju ke arah ujung jari dengan gerakan memutar, akhirilah gerakan ini dengan tarikan lembut pada tiap ujung jari.
8. Wrist Circle  
Gengam lengan bayi dan lakukan gerakan memilin dari pangkal lengan sampai pergelangan.
9. Gerakan menggulung (Rolling)  
Peganglah lengan bayi bagian atas bahu dengan kedua telapak tangan, selanjutnya bentuklah gerakan menggulung dari pangkal lengan menuju ke arah nyaman tangan / jari-jari.

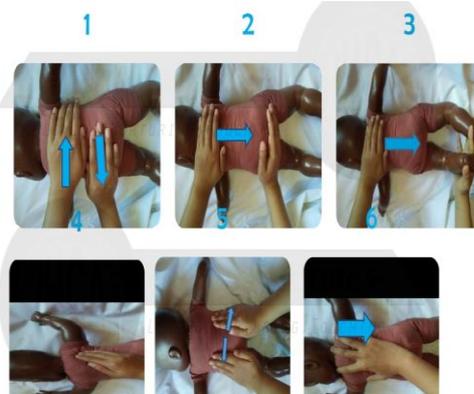
#### E. MUKA





1. Open Book  
Gerakan seperti permainan "Ciluk Ba" yaitu dengan menutup kedua telapak tangan pada muka bayi membukanya ke samping telinga.
2. Eye Brow Rilex  
Letakkan jari-jari kedua tangan anda pada pertengahan dahi. Tekankan jari-jari anda dengan lembut mulai dari tengah dahikeluar ke samping kanan dan kiri seolah menyetrika dahi atau membuka lembaran buku, selanjutnya gerakkan ke bawah dan ke daerah pelipis.
3. Mulut bagian atas (Upper Lip Lines)  
Letakkan kedua jari ibu anda di atas mulut di bawah sekat hidung, selanjutnya gerakkan kedua jari ibu anda dari tengah ke samping dan ke atas ke daerah pipi seolah membuat bayi tersenyum.
4. Mulut bagian bawah (Bottom Lip Lines)  
Letakkan kedua jari ibu anda di tengah dagu, selanjutnya tekankan dua jari ibu di dagu dengan gerakan dari tengah ke samping, kemudian ke atas dan ke arah pipi dan seolah membuat bayi tersenyum.
5. Cheek Bone Circle  
Dengan ujung jari terapis buatlah gerakan lingkaran pada pipi bayi kiri kanan.
6. Hidung/Sims Lines) ANG  
Letakkan kedua ibu jari anda pada pertengahan alis, selanjutnya tekankan ibu jari anda dari pertengahan kedua alis turun melalui tepi hidung ke arah pipi.
7. Belakang telinga (Ears - Neck Massage)  
Dengan mempergunakan ujung-ujung jari, berikan tekanan Jembut pada daerah belakang telinga kanan dan kiri. selanjutnya gerakkan ke arah pertengahan dagu di bawah dagu.
8. Pinna Massage
9. Gentle Head Circle  
Gerakan-gerakan memutar pada daerah muka
10. Integration

## F. PUNGGUNG



1. Gerakan maju mundur (Back and Forth)  
Tengkurapkan bayi melintang di depan anda dengan kepala di sebelah kiri dan kaki di sebelah kanan anda, selanjutnya pijatlah sepanjang punggung bayi dengan gerakan maju mundur menggunakan kedua telapak tangan, dari bawah leher sampai ke pantat bayi, lalu kembali lagi ke leher.
2. Gerakan menyetrika (Sweeping Neck to Bottom)  
Pegang pantat bayi dengan tangan kanan, selanjutnya dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher ke bawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan pantat bayi seolah menyetrika punggung.
3. Gerakan menyetrika (Sweeping Neck to Feet)  
Pegang kaki bayi dengan tangan kanan, selanjutnya dengan tangan kiri, pijatlah mulai dari leher ke bawah sampai bertemu dengan tangan kanan yang menahan kaki bayi seolah menyetrika punggung.
4. Back Side Circle  
Buatlah gerakan melingkar dengan ujung jari dari punggung sampai ke arah pantat.
5. Back Side Stroke  
Buatlah gerakan buka tutup dari dalam ke samping dengan telapak tangan.
6. Combing  
Buatlah Gerakan menggaruk semua jari terapis dari arah pangkal leher ke arah pantat.

## G. BUTTOCK



1. **Buttock Stroke**  
Buat gerakan melingkar dari luar pantat ke arah punggung dengan kedua telapak tangan terapis dengan jari tertutup.
2. **Leat Up Buttock**  
Buat gerakan melingkar dari luar pantat ke arah punggung dengan kedua telapak tangan terapis dengan jari terbuka..
3. **Integration**  
Buat gerakan dengan mengangkat sedikit bagian paha dengan kedua tangan di renggangkan.

<b>Tujuan</b>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Merangsang syaraf motorik</li> <li>2. Memperbaiki pola tidur</li> <li>3. Membantu memperlancar system pencernaan</li> <li>4. Meningkatkan ketenangan emosional anak</li> <li>5. Meningkatkan pertumbuhan</li> <li>6. Meningkatkan daya tahan tubuh</li> <li>7. Membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak</li> </ol>
<b>Evaluasi</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Bayi relax</li> <li>- Bayi menguap dan mengantuk</li> <li>- Bayi telentang dengan nyaman</li> <li>- Bayi lebih tenang</li> <li>- Bayi mengoceh</li> <li>- Bayi tersenyum</li> <li>- Bayi kentut</li> <li>- Bayi tertawa</li> <li>- Bayi ingin memeluk ibu nya.</li> <li>- Bayi menangis</li> </ul>
<b>Referensi</b>	<p>Prin, I., Anggraeni, S., Saputro, H., Nurwijayanti, &amp; Agustina, E. (2021). <i>Edukasi Gizi, Tumbuh Kembang, Pijat Anak Menggunakan Metode Demonstrasi Audiovisual pada Kader Masa Pandemi Covid19</i> (1st ed., Vol. 1). Strada Press.</p>

**Lampiran 9 Tabulasi Frekuensi**

NAMA	SEBELUM	SESUDAH
RESPONDEN 1	1	1
RESPONDEN 2	1	2
RESPONDEN 3	2	3
RESPONDEN 4	2	3
RESPONDEN 5	2	2
RESPONDEN 6	1	1
RESPONDEN 7	2	3
RESPONDEN 8	1	2
RESPONDEN 9	1	2
RESPONDEN 10	1	3
RESPONDEN 11	1	2
RESPONDEN 12	2	2
RESPONDEN 13	2	3
RESPONDEN 14	2	3
RESPONDEN 15	2	3

**Lampiran 10 Tabulasi Frekuensi**

NAMA	SEBELUM	SESUDAH
RESPONDEN 1	1	1
RESPONDEN 2	2	3
RESPONDEN 3	1	2
RESPONDEN 4	1	2
RESPONDEN 5	2	3
RESPONDEN 6	1	1
RESPONDEN 7	2	2
RESPONDEN 8	2	3
RESPONDEN 9	2	3
RESPONDEN 10	1	2
RESPONDEN 11	2	2
RESPONDEN 12	2	3
RESPONDEN 13	2	2
RESPONDEN 14	2	2
RESPONDEN 15	2	2

## Lampiran 11 Hasil SPSS UJI NORMALITAS

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Frekuensi Menyusu Sebelum	,350	15	,000	,643	15	,000
Frekuensi Menyusu Sesudah	,288	15	,002	,783	15	,002

a. Lilliefors Significance Correction

	Tests of Normality					
	Kolmogorov-Smirnov <sup>a</sup>			Shapiro-Wilk		
	Statistic	df	Sig.	Statistic	df	Sig.
Durasi Menyusu Sebelum	,419	15	,000	,603	15	,000
Durasi Menyusu Sesudah	,283	15	,002	,801	15	,004

a. Lilliefors Significance Correction

### Lampiran 12 Hasil SPSS UJI *WILCOXON TES*

<b>Test Statistics<sup>a</sup></b>		
	Frekuensi Menyusu Sesudah - Frekuensi Menyusu Sebelum	Durasi Menyusu Sesudah - Durasi Menyusu Sebelum
Asymp. Sig. (2-tailed)	,001	,005

a. Wilcoxon Signed Ranks Test

b. Based on negative ranks.

Lampiran 13 Sertifikat Terpais Pijat Bayi



**Lampiran 14 Dokumentasi**

