

PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP DURASI MENYUSU PADA BAYI USIA 0-6 BULAN

Niestia Churotul Aini¹ M. Zainul Arifin² Siti Shofiyah³
STIKes Insan Cendekia Medika Jombang^{1,2,3}

¹email : niestia2029@gmail.com²email : M.Zainularifin17@gmail.com³email :
sitishofiyah215@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan :Padamasaini terjadipertumbuhanperkembanganyangpesat. Pada usia itu bayi membutuhkan asupan gizi yang cukup melalui ASI, banyakfaktoryangmempengaruhi proseslaktasiterutamadurasi menyusui bayi yang kurang dan dapat mempengaruhi pertumbuhan bayi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Pada Bayi umur 0-6 bulan.**Tujuan** :Menganalisis Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Pada Bayi umur 0-6 bulan. **Metode** :Penelitian ini didapatkan dari pencarian data 10 jurnal daalam bahasa inggris dan bahasa indonesia tentang pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusui pada bayi usia 0-6 bulan yang disusun dalam Literatur Review ini. **Hasil** :Hasil dari penelitian ini sebanyak 10 artikel yang dimasukkan dalam ulasan ini. Bahwa pijat bayi dengan durasi menyusui, menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusui bayi. Sumber data skunder berupa artikel atau jurnal yang relevan dengan topik yaitu *ScienceDirect*, *eBook Collection (EBSCOhost)*, *MEDLINE* dan *Google Scholar* tentang Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Pada Bayi umur 0-6 bulan.**Kesimpulan** :Kesimpulan dari penelitian ini terdapat 10 artikel yang sesuai dengan topik penelitian yang mana terdapat beberapa manfaat dari pijat bayi salah satunya merupakan peningkatan durasi menyusui pada bayi yang mana menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat baayi terhadap durasi menyusui pada bayi usia 0-6 bulan. **Saran** :kepada bidan diharap untuk mampu memberikan perawatan yang baik dan aman kepada bayi yang durasi menyusunya pendek.

Kata Kunci : Pijat bayi, Durasi menyusui, bayi 0-6 bulan.

EFFECT OF BABY MASSAGE ON DURATION BREASTFEEDING IN BABIES 0-6 MONTHS

ABSTRACT

Introduction: During this period there was rapid growth and development. At that age, babies need adequate nutrition through breast milk. Many factors affect the lactation process, especially the duration of breastfeeding, which is less and can affect the baby's growth. This study aims to determine the effect of infant massage on the duration of breastfeeding in infants aged 0-6 months.**Purpose** : To analyze the effect of infant massage on the duration of breastfeeding in infants aged 0-6 months. **Methods**:This study was obtained from searching data from 10 journals in English and Indonesian about the effect of infant massage on the duration of breastfeeding in infants aged 0-6 months which are compiled in this Literature Review.**Result** :The results of this study were 10 articles included in this review. That infant massage with the duration of breastfeeding shows that there is an effect of infant massage on the duration of breastfeeding. Secondary data sources are articles or journals relevant to the topic, namely *Science Direct*, *eBook Collection (EBSCOhost)*, *MEDLINE* and *Google Scholar* on the Effect of Infant Massage on the Duration of Breastfeeding in Infants aged 0-6 months.**Conclusion** :The conclusion of this study is that there are 10 articles in accordance with the research topic in which there are

several benefits of infant massage, one of which is an increase in the duration of breastfeeding in infants which shows that there is an effect of infant massage on the duration of breastfeeding in infants aged 0-6 months. Advice :Midwives are expected to be able to provide good and safe care to babies whose breastfeeding duration is short.

Keywords: *Infant massage, duration of breastfeeding, baby 0-6 months.*

PENDAHULUAN

Bayi merupakan anak dengan rentang usia 0-12 bulan. Pada masa ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang pesat (Rahmaniah, Hanifah, 2015). Air Susu Ibu (ASI) merupakan zat yang sempurna untuk pertumbuhan bayi dan dapat mempercepat perkembangan berat badan bayi. Menurut Arief (2009) dalam jurnal Purwani (2012) lama menyusui bayi berbeda-beda sesuai dengan pola hisap bayi. Bayi sebaiknya menyusu 10 menit pada payudara yang pertama, karena daya isap masih kuat. Dan 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 menyusu, stimulus untuk produksi ASI sangat diperlukan. Pijat bayi berfungsi merangsang ujung – ujung syaraf bayi yang berhubungan dengan reflek isap bayi menjadi kuat (Mandriwati, 2013). Progesteron dan estrogen yang dihasilkan placenta merangsang pertumbuhan kelenjar–kelenjar susu, sedangkan progesterone juga merangsang pertumbuhan saluran (duktus) kelenjar. Kedua hormone tersebut menekan prolaktin (LTH), Setelah placenta lahir maka produksi prolaktin meningkat sehingga merangsang laktasi (pembentukan ASI).

Pada waktu bayi menghisap payudara ibu, ibu menerima rangsangan neurohormonal pada putting dan areola, rangsangan ini melalui nervus vagus diteruskan ke hypophysis lalu ke lobus anterior, lobus anterior akan mengeluarkan hormone prolaktin yang masuk melalui peredaran darah sampai pada kelenjar–kelenjar pembuat ASI

(selacini) dan merangsang untuk memproduksi ASI.

Cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi di Afrika tengah sebanyak 25%, Amerika Latin dan Karibia sebanyak 32%, Asia Timur sebanyak 30%, Asia Selatan sebanyak 47%, dan negara berkembang sebanyak 46%. Secara keseluruhan, kurang dari 40% anak dibawah usia enam bulan diberi ASI Eksklusif (WHO, 2015). Dinas Kesehatan Kabupaten Jombang menunjukkan cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi tahun 2017 sebanyak 83,78% Tahun 2018 cakupan pemberian ASI Eksklusif pada bayi mengalami penurunan menjadi 83,03% sedangkan cakupan ASI Eksklusif Terendah di Jombang adalah di puskesmas Dukuh Kelopo sebanyak 60,21 % (Dinkes Kabupaten Jombang, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian Ayu Nurul Lestari (2018) sebelum dilakukan pijat dan tidak dilakukan pijat bayi sebagian besar durasi menyusu pendek berjumlah 23 responden yaitu kurang dari 20 menit, setelah diberikan perlakuan pijat bayi dan tidak dilakukan pijat bayi sebagian besar bayi mengalami durasi menyusu yang panjang yaitu berjumlah 16 responden yaitu 20 – 30 menit, dapat diketahui sebagian bayi menyusu setelah dilakukan pijat berjumlah 15 responden (20-30 menit) yaitu 14 responden (30-40 menit) menyusu panjang.

Banyak faktor yang mempengaruhi proses laktasi terutama teknik menyusui, frekuensi, durasi dan gizi ibu menyusui tersebut, jika teknik menyusui baik maka proses laktasi berjalan lancar namun banyak ibu menyusui tidak menyusui bayinya dikarenakan salah manajemen laktasi terutama dengan teknik

menyusunya. Kesalahan tata laksana laktasi ini mengakibatkan timbulnya rasa sakit pada puting sehingga ibu berhenti melakukan prose slaktasi, selain itu kesalahan tata laksana juga mengakibatkan jumlah ASI yang dikonsumsi bayi tidak optimal. Frekuensi menyusui juga merupakan hal yang berpengaruh pada peningkatan berat badan bayi, semakin tinggi frekuensi menyusui maka bayi mendapat gizi yang lebih optimal sehingga berat badannya meningkat. Memberikan ASI secara on-demand atau menyusui kapanpun bayi meminta adalah cara terbaik karena dapat mencegah masalah pada proses menyusui dan bayit tetap kenyang. Selain frekuensi, durasi menyusui juga berpengaruh, dimana jika durasi menyusui lama maka bayi akan mendapat sehingga bayi menerima asupan foremilk dan hindmilk secara seimbang (Sari,2016).

Hasil Penelitian Farida Y

Salah satu dari manfaat pijat bayi adalah peningkatan nafsu makan ini ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus/saraf pengembara (system saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dada dan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltic (sel di saluran pencernaan yang menggerakkan dalam saluran pencernaan. Dengan demikian, bayi cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar. Air susu ibu (ASI) merupakan asupan nutrisi utama pada bayi khususnya bayi dibawah 6 bulan. ASI diproduksi atas hasil kerja gabungan antara hormone Oksitoksin, Prolaktin dan Reflek Let Down. Sehingga faktor psikologis ibu dan faktor bayi sangat berkaitan dengan produksi ASI. Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan jenis penelitian yang digunakan yaitu Quasy experimmental (eksperimen semu) berupaya mengungkapkan hubungan sebab akibat antara variabel bebas (prediktor) dengan variabel tergantungan (efek) dalam periode waktu tertentu. Populasi dalam penelitian ini adalah semua bayi 1-3 bulan di Puskesmas Cikampek Karawang. Pengambilan sampel dengan teknik

purposive sampling berdasarkan kriteria inklusi dan eklusi. Untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui pada bayi 1-3 bulan di Puskesmas Cikampek Kabupaten Karawang dengan menggunakan Uji T test. Hasil penelitian diperoleh data bahwa ada pengaruh antara pijat bayi dengan frekuensi menyusui pada bayi dengan nilai P (0,000) dan tidak ada pengaruh antara pijat bayi dengan durasi menyusui pada bayi (P value 0,563). Diharapkan bidan dapat terus memotivasi ibu untuk melakukan pijat bayi sehingga akan meningkatkan frekuensi menyusui pada bayinya dan memotivasi untuk tetap memberikan ASI Eksklusif pada Bayinya.

Hasil Penelitian Izmi Fadilah

Manfaat pemberian ASI diantaranya sebagai nutrisi, meningkatkan kecerdasan dan meningkatkan jalinan kasih sayang. Menurut Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional/RPJMN (2015-2019) yang terkait dengan pemberian ASI eksklusif yaitu Menurunkan Angka Kematian Bayi (AKB) menjadi 24 per 1000 kelahiran. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusui bayi di Klinik Pratama Niar. Penelitian ini merupakan penelitian kuasi eksperimental, (Controltime series design). Pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan uji t dengan menggunakan teknik total populasi yaitu 50 orang bayi usia 0-30 hari. Berdasarkan hasil penelitian Pada kelompok control terdapat rata-rata durasi Menyusui pertama (pre-test) 5,44 dan durasi kedua (post-test) 5,52, sedangkan hasil uji t $p = 0,802 > 0,05$ artinya tidak terdapat pengaruh pada kelompok kontrol. Nilai rata-rata pada kelompok perlakuan pada durasi pertama (pre-test) yaitu 5,40 dan durasi kedua (post-test) 7,36. Hasil uji t diperoleh $p = 0,00 < 0,05$, artinya secara statistik menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusui bayi. Diharapkan bidan dapat terus memotivasi ibu untuk melakukan pijat bayi sehingga akan meningkatkan durasi menyusui pada bayinya dan memotivasi untuk tetap

memberikan ASI Eksklusif pada Bayinya.

BAHAN DAN METODE PENELITIAN

Pada penelitian ini Strategi yang digunakan untuk mencari artikel menggunakan PICOS *framework*.

- 1) *Population/problem*, populasi atau masalah yang akan di analisis.
- 2) *Intervention*, suatu tindakan penatalaksanaan terhadap kasus perorangan atau masyarakat serta pemaparan tentang penatalaksanaan.
- 3) *Comparison*, penatalaksanaan lain yang digunakan sebagai pembanding.
- 4) *Outcome*, hasil atau luaran yang diperoleh pada penelitian.
- 5) *Study design*, desain penelitian yang digunakan oleh jurnal yang akan di review.

Pencarian artikel atau jurnal menggunakan *keyword* dan *boolean operator* (AND, OR NOT or AND NOT) yang digunakan untuk memperluas atau menspesifikkan pencarian, sehingga mempermudah dalam penentuan artikel atau jurnal yang digunakan. Kata kunci yang digunakan dalam penelitian ini adalah, “*infant Massage*” AND “*Breastfeeding duration*”.

Data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer yang di olah bukan dari pengamatan langsung, akan tetapi diperoleh dari hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti-peneliti terdahulu. Sumber data primer yang didapat berupa artikel atau jurnal yang relevan dengan topik dilakukan menggunakan database (*scopus, e-resources* perpustakaan, Google scholar)

1. Hasil penvarian dan seleksi studi
Berdasarkan hasil pencarian literature melalui publikas ScienceDirect, eBook Collection (EBSCOhost) dan Google Scholar menggunakan kata kunci “*infant Massage*” AND “*Breastfeeding duration*”, peneliti menemukan 2480 jurnal yang sesuai dengan kata kunci tersebut. Kemudian peneliti melakukan

skrining terhadap jurnal yang telah ditemukannya, sebanyak 146 jurnal di eksekusi karena terbitan tahun 2015 kebawah. Assessment kelayakan terhadap 324 jurnal, jurnal yang diduplikasi dan jurnal yang tidak sesuai dengan kriteria inklusi dilakukan eksklusi, sehingga didapatkan 10 jurnal yang dilakukan review.

2. Daftar artikel hasil pencarian
Literature review ini di sintetis menggunakan metode naratif dengan mengelompokkan data-data hasil ekstraksi yang sejenis sesuai dengan hasil yang diukur untuk menjawab tujuan. Jurnal penelitian yang sesuai dengan hasil kemudian dikumpulkan dan dibuat ringkasan jurnal meliputi nama peneliti, tahun terbit, judul, metode dan hasil penelitian serta databas

HASIL PENELITIAN

No	Kategori	n	%
A. Tahun Publikasi			
1.	2016	1	10
2.	2018	7	70
3	2019	2	20
Total		10	100
B. Desain Penelitian			
1.	Quasi Eksperimental	7	70
2.	Kuantitatif observasional	1	10
3.	Pra experiment design	1	10
4.	Pre and postest design	1	10
Total		10	100

Bagian ini memuat literatur yang relevan dengan tujuan penelitian penyajian hasil literatur dalam penulisan tugas akhir memuat rangkuman hasil dari masing-masing artikel yang terpilih.

(Kun A. Susiloretni, 2018) meneliti apakah menyusui eksklusif berhubungan dengan durasi menyusui lebih lama?. Hasil penelitian didapatkan Dari 284 Studi ini

tidak menemukan hubungan antara pemberian asi eksklusif dan durasi menyusui tidak memiliki efek pada durasi menyusui kecuali dilakukan pemijatan, spa dan terapi lainnya sebelum bayi menyusui. (Farida Y, et al, 2018) meneliti pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi usia 1-3 bulan. Hasil uji statistik didapatkan p value 0,000 maka dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan peningkatan frekuensi menyusui pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol.

(Izmi Fadilah Nasution, 2018) meneliti Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusui Bayi 0-30 Hari Di Klinik Pratama Niar. Hasil penelitian ini Nilai rata-rata durasi menyusui pada kelompok eksperimen pada hari ke-10 yaitu 5,40 dan durasi menyusui hari ke-20 7,36 menit, hasil uji t diperoleh $p = 0,00 < 0,05$ artinya secara statistik menunjukkan terdapat pengaruh peningkatan durasi menyusui pada kelompok eksperimen

(Happy Marthalena Simanungkalit, 2019) meneliti pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui bayi. Berdasarkan hasil penelitian Pada kelompok kontrol terdapat rata-rata durasi menyusui hari ke-10 5,44 menit dan durasi menyusui hari ke-20 5,52 menit, dan hasil uji t $p = 0,802 > 0,05$ artinya tidak terdapat pengaruh pada kelompok control. Nilai rata-rata durasi menyusui pada kelompok eksperimen pada hari ke-10 yaitu 5,40 dan durasi menyusui hari ke-20 7,36 menit, hasil uji t diperoleh $p = 0,00 < 0,05$ artinya secara statistik menunjukkan terdapat pengaruh peningkatan durasi menyusui pada kelompok eksperimen.

(Firsia Sastra Putri, 2019) meneliti pengaruh terapi pijat bayi terhadap durasi menyusui neonatus yang dirawat di ruang perinatologi. Hasil Pada penelitian ini, bahwa nilai rata-rata frekuensi menyusui neonatus sebelum dilakukan terapi pijat bayi adalah 6,40 dengan standar deviasinya 1,673. Nilai rata-rata frekuensi menyusui neonatus setelah dilakukan terapi pijat bayi mengalami

kenaikan yaitu 11,13 dengan standar deviasinya adalah 2,240. Hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* menghasilkan signifikansi (p) sebesar 0,000, dimana nilai tersebut ($p < 0,05$) maka Haditerima.

(Putri Risma Alviani, 2018) meneliti Perbedaan durasi menyusui ASI pada bayi usia 1-3 bulan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi. Berdasarkan penelitian didapatkan hasil sebelum dilakukan pemijatan rata-rata durasi menyusui ASI pada bayi dalam kategori cukup, sesudah dilakukan pemijatan rata-rata durasi menyusui ASI pada bayi dalam kategori baik. Ini menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah dilakukan pemijatan pada bayi dilihat dari p -value $0,002 < (0,05)$. Dapat disimpulkan bahwa pemijatan pada bayi dapat meningkatkan durasi menyusui pada bayi.

(Isy Royhanaty, et al, 2018) meneliti Manfaat *Baby Spa* Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Dan Menyusui. Hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan bahwa nilai p frekuensi baby spa dengan durasi menyusui adalah 0,000 dengan koefisien korelasi 0,916 yang berarti bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara frekuensi baby spa dengan durasi menyusui bayi dengan kategori korelasi sangat kuat. Hasil uji korelasi Rank Spearman menunjukkan bahwa nilai p frekuensi baby spa dengan kenyamanan menyusui adalah 0,000 dengan koefisien korelasi 0,883 yang berarti bahwa ada korelasi positif yang signifikan antara frekuensi baby spa dengan kenyamanan menyusui bayi dengan kategori korelasi sangat kuat.

(Alviani Nur Aisyah, 2018) meneliti terapi pijat dan perilaku tidur pada bayi yang lahir dengan berat badan lahir rendah. hasil uji t diperoleh $p = 0,00 < 0,05$ artinya secara statistik menunjukkan sebelum dilakukan penerapan bayi susah untuk menyusui. Setelah dilakukan penerapan bayi mengalami peningkatan dalam menyusui.

(Enny Fitriahadi, 2016), meneliti Pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu bayi. hasil penelitian pada uji bivariat menunjukkan bahwa durasi menyusu bayi sesudah dilakukan pijat bayi didapatkan hasil *p-value* 0,03 (karena *p-value*>0,05) maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya ada pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusu pada bayi.

(Ayu Nurul Lestari, 2018) meneliti Pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu pada bayi usia 0-1 bulan. hasil analisis univariat sebelum dilakukan pijat dan tidak dilakukan pijat bayi sebagian besar durasi menyusu pendek berjumlah 23 responden (70%), setelah diberikan perlakuan pijat bayi dan tidak dilakukan pijat bayi sebagian besar bayi mengalami durasi menyusu yang panjang yaitu berjumlah 16 responden (53.3%) dapat diketahui sebagian bayi menyusu setelah dilakukan pijat berjumlah 15 responden (50%) yaitu 14 responden (46.7%) menyusu panjang. Dan sebagian bayi menyusu setelah tidak dilakukan pijat 2 responden (6.7%) menyusu yang panjang. Dari hasil analisis uji bivariat menggunakan uji Wilcoxon Sign Rank Test, didapatkan nilai yang signifikan yaitu (*p value*: 0.000), sehingga $p < 0.005$, dapat disimpulkan terdapat pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu pada bayi.

Baby massage is massaging the baby's body parts to relax the muscles so that blood circulation is smooth. Touch and massage to the baby after birth can provide assurance of continuous body contact that can give the baby a feeling of security. Touch will also stimulate blood circulation and increase energy because more fresh oxygen waves will be sent to the brain and throughout the body (Kun A. Susiloretni, 2018)

Pijat bayi merupakan sentuhan setelah kelahiran, serta dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan nyaman pada bayi. Terapi sentuh, terutama pijat pada bayi dapat menghasilkan perubahan

fisiologis yang menguntungkan (Farida Y, 2018)

Pijat bayi (*stimulus touch*) adalah terapi sentuhan kulit dengan menggunakan tangan. Pijat Bayi adalah terapi sentuhan tertua dan terpopuler yang di kenal manusia, yang juga merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam (Izmi Fadilah Nasution, 2018)

Pijat bayi menyebabkan bayi menjadi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif sehingga ketika bayi terbangun akan membawa energi cukup untuk beraktivitas (Happy Marthalena Simanungkalit, 2019).

Pijat bayi merupakan salah satu upaya untuk menangani masalah malas minum pada neonatus. Pijat bayi merupakan sentuhan setelah kelahiran, serta dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan nyaman pada neonatus. Terapi sentuh, terutama pijat pada bayi dapat menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan (Firsia Sastra Putri, 2019).

Pijat bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi (Putri Risma Alviani, 2018).

Pijat bayi adalah sentuhan yang diberikan lewat kulit bayi sebagai upaya untuk memberi rangsangan yang bermakna kasih sayang (Isy Royhanaty, 2018).

Pijat bayi adalah terapi sentuh tertua dan terpopuler yang dikenal manusia. Pijat bayi telah lama dilakukan hampir di seluruh dunia termasuk di Indonesia dan diwariskan secara turun menurun (Alviani Nur Aisyah, 2018).

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 relaks, peredaran darah akan menjadi lancar dan tidur bayi akan nyenyak (Enny Fitriahadi, 2016). Pijat bayi adalah merangsang ujung – ujung syaraf bayi yang berhubungan dengan reflek isap bayi menjadi kuat. Jika reflek isap bayi kuat pada putting susu dan syaraf – syaraf pada glandula pituitaria posterior untuk mengeluarkan oksitosin dari pituitaria posterior (Ayu Nurul Lestari, 2018).

PEMBAHASAN

Berdasarkan fakta menunjukkan bahwa durasi menyusu bayi sebelum dipijat rata-rata menyusu 5-10 menit dan setelah dipijat mengalami peningkatan lama menyusu hingga 20-35 menit, dalam jurnal Purwani (2017) lama menyusu bayi berbeda-beda sesuai dengan pola hisap bayi. Bayi sebaiknya menyusu 10 menit pada payudara yang pertama, karena daya isap masih kuat. Dan 20 menit pada payudara yang lain karena daya hisap bayi mulai melemah. Selama periode baru lahir, waktu menyusu bayi 20-45 menit, durasi menyusu juga berpengaruh terhadap ejeksi ASI saat menyusu, ketika bayi tidak dapat menyusu, stimulus untuk produksi ASI sangat diperlukan.

Berdasarkan fakta bahwa setelah di berikan pijat bayi terjadi peningkatan durasi menyusu yaitu sebanyak (50%) mengalami peningkatan selama 15 menit, dan sebanyak (33%) meningkat selama 20 menit, sebanyak (27%) meningkat selama 10 menit. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu bayi (Farida Y, et al, 2018).

Pijat bayi adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dikenal sejak awal manusia diciptakan di dunia serta telah dipraktikkan sejak berabad-abad tahun silam secara turun temurun oleh dukun bayi. Yang disebut bayi adalah anak yang berumur 0-12 bulan. Sentuhan dan pandangan mata antara orang tua dan bayi mampu mengalirkan kekuatan jalinan

kasih sayang diantara keduanya yang merupakan dasar komunikasi untuk memupuk cinta kasih secara timbal balik, mengurangi kecemasan, meningkatkan kemampuan fisik serta rasa percaya diri (Roesli, Utami, 2016). Durasi menyusu berkaitan dengan adanya refleks prolaktin yang merupakan hormon laktogenik yang penting untuk memulai dan mempertahankan sekresi ASI. Stimulus isapan bayi akan mengirim pesan kehipotalamus yang merangsang hipofisis anterior untuk melepas prolaktin, suatu hormon yang meningkatkan produksi ASI oleh sel-sel alveolar kelenjar mammae. Jumlah prolaktin yang disekresikan dan jumlah ASI yang diproduksi berkaitan dengan besarnya stimulus isapan, yaitu frekuensi, intensitas dan lama bayi mengisap (Purwani 2017).

Bayi merupakan anak dengan usia 0-12 bulan. Masa 0-12 bulan dikategorikan sebagai *infant* (Rahmania, Hanifah, 2015). Air Susu Ibu adalah suatu emulsi lemak dalam larutan protein, laktosa dan garam – garam anorganik yang di sekresikan oleh kelenjar mammae ibu, dan berguna sebagai makanan bayi (Maryunani, 2017).

Menurut peneliti, hasil menunjukkan bahwa durasi menyusu bayi yang mendapatkan peijatan lebih lama dari pada bayi yang tidak mendapat pemijatan. Seringkali kita mendengar adanya keluhan pada saat menyusu seperti halnya putting lecet sehingga ibu enggan untuk menyusu, produksi ASI berkurang dan berujung pada si kecil yang cenderung malas menyusu. Sebenarnya, hal tersebut dapat dicegah apabila si kecil berada pada posisi yang tepat. pijat bayi selain dapat meningkatkan durasi menyusu juga bermanfaat merangsang syaraf motorik, memperbaiki pola tidur, membantu pencernaan dan meningkatkan ketenangan emosional, selain juga menyehatkan tubuh dan otot – ototnya.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan dari pencarian beberapa jurnal yang telah dijelaskan oleh peneliti dalam bab sebelumnya, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :Bahwa setelah dilakukan pemijatan pada bayi terdapat pengaruh peningkatan durasi menyusu sebanyak (50%) mengalami peningkatan selama 15 menit, dan sebanyak (33%) meningkat selama 20 menit, sebanyak (27%) meningkat selama 10 menit. Hal ini menunjukkan ada pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu bayi.

Penelitian medis terbaru telah membuktikan banyaknya manfaat pijat bayi. Pada dasarnya, pijat bayi bermanfaat merangsang syaraf motorik, memperbaiki pola tidur, membantu pencernaan dan meningkatkan ketenangan emosional, selain juga menyehatkan tubuh dan otot – ototnya. Bayi yang dipijat dengan baik dan teratur dapat tumbuh lebih sehat dan berkembang lebih baik (City Ardhillah, 2016).

Manfaat Pijat Bayi untul meningkatkan Produksi ASI Berdasarkan penelitian Cynthia Mersmann, ibu yang memijat bayinya mampu memproduksi ASI perah lebih banyak dibandingkan kelompok kontrol. Pada saat menyusui bayinya. Mereka meras kewalahan karena ASI terus menerus menetes dari payudara yang disusukan. Jadi, pijat bayi dapat meningkatkan volume ASI peras sehingga periode waktu pemberian ASI peras secara eksklusif dapat ditingkatkan, khususnya oleh ibu-ibu karyawati (Roesli Utami, 2016).

Menurut penelitian Mandriwati (2013) sentuhan pada kulit mudah dirasakan oleh bayi karena kulit merupakan organ tubuh yang berfungsi sebagai resptor terluas yang dimiliki manusia. Sensasi sentuh adalah pemberian ASI secara Eksklusif dapat menjalin hubungan batin berupa kasih sayang dan interaksi yang

positif antara ibu dan bayi. Sejak dalam kandungan bayi telah merasakan belaian hangat dari cairan ketuban. Ujung-ujung saraf yang terdapat pada permukaan kulit dapat menerima rangsangan pijatan yang berasal dari sentuhan halus jari – jari si pemijat.

Pijatan pada bayi dapat merangsang reflek isap bayi menjadi lebih kuat sehingga mampu meningkatkan produksi dan asupan ASI pada bayi. Selain itu pijatan pada bayi juga berdampak pada pemenuhan nutrisi untuk tumbuh kembang bayi secara optimal. Proses pembentukan ASI dipengaruhi oleh hormon prolaktin yang dihasilkan oleh glanula pituitaria anterior, yaitu setelah menurunnya kadar hormone estrogen dan progesterone akibat lepasnya plasenta. Selanjutnya terjadi peningkatan sirkulasi darah ke buah dada, sehingga terbentuk air susu. Dengan terbentuknya air susu, maka globulin, lemak, dan molekul – molekul protein akan mendesak sel-sel asini pada buah dada sehingga membengkak. Produksi hormone prolaktin yang paling banyak adalah pada malam hari. Hal ini dikarenakan pada malam hari tubuh sedang beristirahat, sehingga metabolisme dalam tubuh dapat bekerja dengan sempurna. Untuk mengalirkan air susu ke saluran air susu (papilla mamme), ada dua faktor yang berperan penting yaitu tekanan globuli dan isapan bayi. Apabila bayi yang disusui maka isapan pada putting susu merangsang syaraf-syaraf pada glandula pituitaria posterior untuk mengeluarkan oksitosin.

Oksitosin merangsang sel laba – laba disekitar alveoli buah dada untuk berkontraksi dan mendorong air susu masuk ke dalam pembuluh laktifer atau saluran air susu, yang menyebabkan air susu menetes keluar. Semakin sering bayi disusukan dan semakin kuat reflek isap bayi, maka pengeluaran air susu semakin banyak.

Saran

1. Bagi Bidan

Penelitian ini dapat dipakai untuk menyusun rencana pembentukan kebijakan terhadap pelayanan dan meningkatkan pengetahuan tentang pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu pada bayi usia 0-6 bulan.

2. Bagi Institusi Pendidikan Jurusan Kebidanan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan wawasan bagi mahasiswa di Instansi STIKes Insan Cendekia Medika Jombang mengenai pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu pada bayi usia 0-6 bulan.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan menjadi tambahan ilmu yang bermanfaat bagi peneliti, sehingga dimasa depan mampu memberikan perawatan yang baik dan aman kepada bayi yang mempunyai durasi menyusu pendek.

KEPUSTAKAAN

Alviani Nur Aisyah. 2018. *Massage therapy and sleep behaviour in infants born with low birth weight*. <http://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/download/59/57>

Ayu Nurul Lestari. 2018. Pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu pada bayi usia 0-1 bulan. <https://repository.poltekkespalembang.ac.id/items/show/55>

Farida Y, Mardianti. 2018. Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan. *Jurnal Kebidanan*, 7(1),018,61-68 (http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/jur_bid/)

Firsia Sastra Putri. 2019. Pengaruh Terapi Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Neonatus Yang Dirawat Diruang Perinatologi. ([file:///C:/Users/lepoy/Downloads/48-](file:///C:/Users/lepoy/Downloads/48-Article%20Text-237-3-10-20190905%20(1).pdf)

[Article%20Text-237-3-10-20190905%20\(1\).pdf](http://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/viewFile/59/57))

Happy Marthalena Simanungkalit. 2019. Baby massage on improvemwnt frequency andduration of breastfeeding a baby. (<http://ejurnal.poltekkestasikmalaya.ac.id/468faef7-6d89-4178-bfd0-b6f9b3050ca5>)

Isy Royhanaty, dkk. 2018. Benefits Of Baby Spa For Improving Quality Of Sleep And Breastfeeding. (<http://prosiding.unimus.ac.id/index.php/semnas/article/viewFile/59/57>)

Izmi Fadilah Nasution. 2018. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusu Bayi 0-30 Hari Di Klinik Pratama Niar Medan Amplas Tahun 2018.

Kun A. Susiloretni , Hamam Hadi , Mia M. Blakstad , Emily R. Smith , Anuraj H. Shankar. (2018). Does exclusive breastfeeding relate to *the* longer duration of breastfeeding? A prospective cohort study. (<https://repository.poltekkespalembang.ac.id/items/show/55>)

Marliandiani, Yefi dan, Nyna. 2015. Buku Ajar Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas dan Menyusui. Surabaya: Salemba Medika.

Maryunani, Anik. 2017. Inisiasi Menyusui Dini ASI Eksklusif dan Manajemen Laktasi. Jakarta: CV Trans Info Media.

Risma Alviani. 2018. *The difference of breastfeeding duration of baby ages 1-3 months before and after the baby massage*. <http://ejournal.stikesadvaita.ac.id/60d8fb4d-6f1b-41c4-beec-ab5c90dec504>

Roesli, U. 2016. Pedoman Pijat Bayi. (Edisi Revisi). Jakarta: PT. Trubus Agriwidya, anggota IKAPI.