



Hubungan Pijat Bayi dengan Frekuensi Menyusu pada Bayi Usia 1-6 Bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara

Sahari Bulan^{1*}, Sri Maryanti²

¹ Ilmu Biomedis, Universitas Famika, Grand Central BTP. 12, Tamalanrea, Kec. Tamalanrea, Kota Makassar, Sulawesi Selatan, Indonesia 90222

² Kebidanan, Akademi Kebidanan Konawe, Jl. DI. Panjaitan No. 529, Kelurahan Tuoy, Kecamatan Unaaha, Kabupaten Konawe, Sulawesi Tenggara, Indonesia 93415

*Korespondensi email: saharibulan61@gmail.com

Abstract. *Baby massage is a form of multisensory stimulation that involves touch, movement, as well as auditory and visual stimuli, which is known to provide various physiological and psychological benefits for babies, including increased breastfeeding frequency. This study aims to determine the relationship between infant massage and the frequency of breastfeeding in babies aged 1–6 months in the working area of the Lambai Health Center, North Kolaka Regency. The type of research used is an analytical survey with a cross-sectional approach. The sampling technique was carried out in total sampling, involving the entire population of infants aged 1–6 months who met the inclusion criteria. Data collection was carried out through observation and structured interviews with infant mothers, as well as recording breastfeeding frequencies before and after infant massage interventions. Data analysis uses relevant statistical tests to test the relationships between variables. The results showed a significant relationship between infant massage and increased breastfeeding frequency, with a p-value of 0.000 ($p < 0.05$), indicating that infant massage had an effect on increasing breastfeeding activity in infants. The conclusion of this study is that infant massage has a positive relationship with the frequency of breastfeeding in infants aged 1–6 months. These findings support the use of infant massage as a simple but effective intervention in supporting breastfeeding success, especially in the early stages of life. This study recommends that the practice of infant massage can be socialized more widely to health workers and parents as part of the promotion of maternal and child health. The implementation of regular baby massage has the potential to improve the nutritional status and optimal growth and development of the baby.*

Keywords: *Baby; Breastfeeding; Frequency; Health; Massage*

Abstrak. Pijat bayi merupakan bentuk stimulasi multisensorik yang melibatkan sentuhan, gerakan, serta rangsangan pendengaran dan visual, yang diketahui dapat memberikan berbagai manfaat fisiologis dan psikologis bagi bayi, termasuk peningkatan frekuensi menyusu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pijat bayi dengan frekuensi menyusu pada bayi usia 1–6 bulan di wilayah kerja Puskesmas Lambai, Kabupaten Kolaka Utara. Jenis penelitian yang digunakan adalah survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara total sampling, melibatkan seluruh populasi bayi usia 1–6 bulan yang memenuhi kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan melalui observasi dan wawancara terstruktur kepada ibu bayi, serta pencatatan frekuensi menyusu sebelum dan sesudah intervensi pijat bayi. Analisis data menggunakan uji statistik yang relevan untuk menguji hubungan antara variabel. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pijat bayi dan peningkatan frekuensi menyusu, dengan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang mengindikasikan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan aktivitas menyusu pada bayi. Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa pijat bayi memiliki hubungan positif terhadap frekuensi menyusu pada bayi usia 1–6 bulan. Temuan ini mendukung pemanfaatan pijat bayi sebagai intervensi sederhana namun efektif dalam mendukung keberhasilan menyusui, khususnya pada masa awal kehidupan. Penelitian ini merekomendasikan agar praktik pijat bayi dapat disosialisasikan secara lebih luas kepada tenaga kesehatan dan orang tua sebagai bagian dari promosi kesehatan ibu dan anak. Implementasi pijat bayi secara rutin berpotensi meningkatkan status gizi dan tumbuh kembang bayi secara optimal.

Kata Kunci: Pijat; Bayi; Menyusu; Frekuensi; Kesehatan

1. PENDAHULUAN

Bayi adalah individu yang lemah dan memerlukan adaptasi. Kesulitan proses adaptasi akan menyebabkan bayi mengalami penurunan berat badan, keterlambatan perkembangan, perilaku yang tidak teratur bahkan bisa sampai meninggal dunia, sehingga bayi sangat memerlukan peran seorang ibu (Mansur.2009).

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Dikatakan masa kritis karena pada masa bayi sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali (Depkes, 2009).

Setiap pertumbuhan bayi, kebutuhan akan nutrisi pun akan berubah. Seiring bertambahnya usia, makanan dan minuman yang biasa ia konsumsi pun akan berubah sesuai nutrisi yang di butuhkan. Nutrisi yang dibutuhkan bayi umur 0-6 bulan adalah pemberian kolostrum wajib dilakukan dan hindari susu formula. Pemberian ASI secara eksklusif juga membantu bayi memiliki zat gizi sempurna dan seimbang. Dalam ASI juga terkandung berbagai zat gizi, diantaranya karbohidrat, protein, lemak, kolestrol, vitamin dan mineral, zat besi, fluor dan vitamin D.

Permasalahan gangguan pertumbuhan balita di Indonesia sudah mulai muncul sejak usia dini antara umur 1-6 bulan sehingga diperlukan upaya untuk mengurangi kecepatan gangguan pertumbuhan dan untuk meningkatkan persentase kenaikan berat badan. Untuk menurunkan angka kesakitan dan kematian anak, *United Nation Children Found (UNICEF)* dan *World Health Organization (WHO)* merekomendasikan agar anak sebaiknya disusui hanya ASI selama paling sedikit enam bulan.

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

ASI memegang peranan penting untuk menjaga kesehatan dan kelangsungan hidup bayi karena ASI adalah makanan yang terbaik untuk bayi. ASI adalah pilihan makanan yang tepat untuk bayi, karena bayi yang diberikan ASI akan membuat bayi jarang menderita penyakit dan terhindar dari kurang gizi dibandingkan dengan bayi yang diberi susu lainnya (Bobak, 2000; Prakoso, 2002; Masoara, 2003). Beberapa hasil riset menunjukkan bahwa meskipun ibu yang menyusui dalam kondisi kurang gizi, ASI yang diberikan masih memiliki kualitas yang cukup. Perbedaan gizi pada ibu hanya mempengaruhi kuantitas ASI dan tidak pada kualitas ASI. Oleh karena itu dianjurkan bayi dibawah usia 6 bulan hanya diberi ASI saja tanpa makanan

tambahan. Pemberian ASI tanpa makanan tambahan/ minuman pada bayi dibawah 6 bulan disebut pemberian ASI eksklusif (Dit. Bina Gizi Masyarakat, 2002).

Menyusui adalah suatu proses yang alamiah dan merupakan salah satu tugas dalam perawatan kesehatan anak (bayi), namun pada kenyataannya tidak semua ibu dapat melaksanakan tugas tersebut dengan baik, tidak berhasil menyusui atau menghentikan menyusui lebih dini. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan bayi tetapi pada beberapa perempuan juga dapat mengganggu konsep diri sebagai ibu, karena tidak dapat berperan optimal dalam perawatan kesehatan bayinya. Gangguan kesehatan jiwa berupa gangguan konsep diri yang dialami perempuan pada usia produktif sering berhubungan dengan perannya sebagai isteri, ibu dan pekerja (Hamid, 1998)

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 (Roesli, 2013)

Pijat bayi mudah dipelajari dan umumnya dengan beberapa kali latihan para orang tua sudah mahir, disamping murah karena hanya memerlukan minyak/baby oil, juga banyak manfaatnya. Dampak positif dari pijat bayi antara lain: menurunkan kadar hormone stress, peningkatan kadar zat daya tahan tubuh (immunoglobulin), memperbaiki sirkulasi darah, merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, meningkatkan nafsu makan, mengubah gelombang otak yang dapat membuat bayi tidur lelap, meningkatkan aliran oksigen dan nutrisi menuju sel, meningkatkan kenaikan berat badan dan mengeratkan ikatan batin antara bayi dengan orang tua (*bonding*), meningkatkan volume ASI

Salah satu dari manfaat pijat bayi yang telah disebutkan di atas adalah meningkatkan nafsu makan. 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 (Subakti, 2008).

Menurut penelitian oleh Faridha (2018) dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Usia 1 – 3 Bulan” menunjukkan Hasil penelitian ini bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan frekuensi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan ($p \text{ value} = 0,000$) tetapi tidak berpengaruh terhadap durasi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan ($p \text{ value} = 0,563$) menggunakan uji T test. Adanya peningkatan frekuensi menyusu disebabkan peningkatan nabsu makan ditambah dengan aktifitas nervus vagus atau

saraf pengembara dalam menggerakkan sel peristaltic (sel di saluran pencernaan yang menggerakkan dalam saluran pencernaan) dengan demikian bayi cepat lapar atau ingin makan karena pencernaan semakin lancar sehingga bayi ingin menyusu.

Berdasarkan hasil survey data awal dilakukan penelitian pada ibu yang mempunyai bayi 1-6 bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara sebanyak 5 responden, didapatkan sebagai berikut :

Tabel 1. Hasil Survey Data.

| Tingkat frekuensi menyusu | Pijat bayi | | | | Total | |
|---------------------------|-----------------|----|-----------------------|----|-------|-----|
| | Melakukan rutin | | Melakukan tidak rutin | | F | % |
| | F | % | F | % | | |
| Baik | 2 | 40 | 0 | 0 | 2 | 40 |
| Kurang | 0 | 0 | 3 | 60 | 3 | 60 |
| Jumlah | 2 | 40 | 3 | 60 | 5 | 100 |

Berdasarkan survey awal penelitian yang dilakukan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara pada 5 bayi usia 1-6 bulan , terdapat 2 bayi mengalami kenaikan frekuensi menyusu setelah dilakukan pijat bayi dan 3 bayi mengalami kenaikan frekuensi menyusu yang kurang.

2. TINJAUAN PUSTAKA

Bayi

Bayi adalah individu yang lemah dan memerlukan adaptasi. Kesulitan proses adaptasi akan menyebabkan bayi mengalami penurunan berat badan, keterlambatan perkembangan, perilaku yang tidak teratur bahkan bisa sampai meninggal dunia, sehingga bayi sangat memerlukan peran seorang ibu (Mansur.2009).

Masa bayi adalah masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Dikatakan masa kritis karena pada masa bayi sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali (Depkes, 2009).

Menyusui

Menyusui adalah cara alamiah untuk memberikan perhatian nutrisi, emosional, dan social untuk bayi. Disamping itu juga ada manfaat-manfaat lingkungan dengan tidak adanya biaya transport atau biaya pembuatan yang terlibat di dalamnya.

Menyusui adalah cara yang optimal dalam memberikan nutrisi dan mengasuh bayi, dan dengan penambahan makanan pendamping setelah 6 bulan, kebutuhan nutrisi imunologi dan psikososial dapat terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya (Varney,2009)

Pijat Bayi

Pijat bayi sering juga disebut stimulasi sentuh, baby massage, infant massage, atau yang lain. Pada buku ini, kita menyebutnya pijat bayi. Pijat bayi adalah kegiatan memberikan stimulasi atau urutan kepada bayi dengan sentuhan, gerak, ditambah dengan stimulasi pendengaran dan juga stimulasi visual (Roesli, 2010)

Banyak orang tua masih belum memahami pentingnya manfaat pijat bayi, sehingga mereka memberikan pijatan ini seadanya. Bahkan ada orangtua yang tidak pernah sama sekali memberikan pijat bayi kepada putra-putri mereka (Doska, 2019)

Hubungan Pijat Bayi dengan Frekuensi Menyusu

Menurut penelitian oleh Faridha (2018) dengan judul “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi Usia 1 – 3 Bulan” menunjukkan Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan frekuensi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan ($p\ value = 0,000$) tetapi tidak berpengaruh terhadap durasi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan ($p\ value = 0,563$) menggunakan uji T test. Adanya peningkatan frekuensi menyusu disebabkan peningkatan napsu makan ditambah dengan aktifitas nervus vagus atau saraf pengembara dalam menggerakkan sel peristaltic (sel di saluran pencernaan yang menggerakkan dalam saluran pencernaan) dengan demikian bayi cepat lapar atau ingin makan karena pencernaan semakin lancar sehingga bayi ingin menyusu.

3. METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara. Waktu Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April. Sasaran penelitian ini ditunjukkan untuk semua ibu dan bayi di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara. Masalah yang dikaji dalam lingkup kesehatan ini adalah hubungan pijat bayi dengan frekuensi menyusu pada bayi usia 1-6 bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara.

4. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Analisis Univariat

a. Umur

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Umur Bayi 1-6 Bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara.

| No | Umur | f | % |
|---------------|-----------|-----------|------------|
| 1. | 1-2 bulan | 3 | 8,6 |
| 2. | 3-4 bulan | 12 | 34,3 |
| 3. | 5-6 bulan | 20 | 57,1 |
| Jumlah | | 35 | 100 |

Sumber :Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa responden yang berusia 1-2 bulan ada 3 bayi (8,6%), berusia 3-4 bulan ada 12 bayi (34,2%), dan bayi yang berusia 5-6 bulan (57,1%).

b. Pijat Bayi

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pijat Bayi Di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara.

| No | Pijat Bayi | f | % |
|---------------|-------------|-----------|------------|
| 1 | Rutin | 21 | 60 |
| 2 | Tidak Rutin | 14 | 40 |
| Jumlah | | 35 | 100 |

Sumber :Data Primer 2019

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden yang melaksanakan pijat bayi secara rutin ada 21 responden (60%), dan yang melaksanakan pijat bayi secara tidak rutin 14 responden (40%).

c. Frekuensi Menyusu

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Menyusu bayi di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara.

| No | Frekuensi Menyusu | F | % |
|---------------|-------------------|-----------|------------|
| 1 | Baik | 23 | 65,7 |
| 2 | Kurang | 12 | 34,3 |
| Jumlah | | 35 | 100 |

Sumber :Data Primer

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa responden yang frekuensi menyusunya baik ada 23 bayi (65,7%) dan frekuensi menyusunya yang kurang baik ada 12 bayi (34,3%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Tabulasi Silang Hubungan Pijat Bayi dengan Frekuensi Menyusu pada bayi umur 1-6 bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara.

| Pijat bayi | Frekuensi menyusu | | | | Total | | P value | χ^2 |
|-------------|-------------------|------|-------|------|-------|-------|---------|----------|
| | Baik | | Buruk | | F | % | | |
| | f | % | f | % | F | % | | |
| Rutin | 16 | 76,2 | 5 | 23,8 | 21 | 100,0 | 0,000 | |
| Tidak Rutin | 2 | 14,3 | 12 | 85,7 | 14 | 100,0 | | |
| Total | 18 | 51,4 | 17 | 46,6 | 35 | 100,0 | | |

Sumber :Data Primer 2019

Berdasarkan Tabel 4 diperoleh hasil bahwa responden yang melakukan pijat bayi secara tidak rutin sebagian besar merasakan frekuensi menyusui yang buruk sebanyak 12 responden (85,7%), sedangkan pijat bayi yang tidak rutin dengan frekuensi menyusui yang baik 2 responden (14,3%). Responden yang melakukan pijat bayi secara rutin sebagian besar merasakan frekuensi menyusui baik sebanyak 16 responden (76,2%) dan kualitas tidur buruk sebanyak 5 responden (23,8%).

Hasil uji hubungan dengan Chi square di dapatkan hasil nilai chi square hitung chi square tabel dan p value $0,000 < 0,05$ artinya H_a diterima dan H_0 ditolak, berarti ada hubungan antara pelaksanaan Pijat Bayi dengan Frekuensi Menyusui pada bayi umur 1-6 bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara.

Pembahasan

Pijat Bayi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa responden yang melaksanakan pijat bayi secara rutin ada 21 responden (60%), dan yang melaksanakan pijat bayi secara tidak rutin 14 responden (40%).

Pijat bayi sering juga disebut stimulasi sentuh, baby massage, infant massage, atau yang lain. Pijat bayi adalah kegiatan memberikan stimulasi atau urutan kepada bayi dengan sentuhan, gerak, ditambah dengan stimulasi pendengaran dan juga stimulasi visual (Roesli,2010).

Durasi menyusui berkaitan dengan adanya refleksi 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 melepaskan 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. Pijat bayi tampaknya dapat menjadi solusi praktis untuk menyelesaikan masalah frekuensi menyusui. (Bobak,2009).

Frekuensi Menyusui

Hasil penelitian diketahui bahwa responden sebagian besar mengalami peningkatan dalam frekuensi menyusui yang baik sebanyak 23 orang (65,7%) dan frekuensi menyusui yang buruk sebanyak 12 orang (34,3%).

Menyusui adalah cara yang optimal dalam memberikan nutrisi dan mengasuh bayi, dan dengan penambahan makanan pendamping setelah 6 bulan, kebutuhan nutrisi imunologi dan psikososial dapat terpenuhi hingga tahun kedua dan tahun-tahun berikutnya (Varney,2009).

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 (Bobak,2009).

Hubungan Pijat Bayi dengan Frekuensi Menyusu pada bayi umur 1-6 bulan

Hasil uji hubungan nilai chi square hitung chi square tabel dan p value $0,000 < 0,05$ artinya ada hubungan antara Pijat Bayi dengan Frekuensi Menyusu pada bayi umur 1-6 bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada pijat bayi dengan Frekuensi Menyusu Bayi Usia 1-6 Bulan Di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara dapat diketahui bahwa bayi yang dilakukan pijat bayi secara rutin mengalami frekuensi menyusui yang baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Happy (2019) dengan judul “Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi Dan Durasi Menyusu Pada Bayi” menunjukkan Hasil uji statistik frekuensi menyusui menunjukkan nilai $p= 0,000$ karena $<0,05$ maka H_0 ditolak. Hasil uji statistik durasi menyusui diperoleh nilai $p=0.002$, karena hasil uji yang diperoleh <0.05 maka H_0 ditolak. Hasil uji multivariat ada pengaruh yang signifikan dari variabel independen pada semua variabel dependen, nilai p -value menunjukkan $0,000 < 0,05$. Ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi usia 1-6 bulan di PMB E.

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 (Roesli, 2013).

Pijat bayi sering juga disebut stimulasi sentuh, baby massage, infant massage, atau yang lain. Pijat bayi adalah kegiatan memberikan stimulasi atau urutan kepada bayi dengan sentuhan, gerak, ditambah dengan stimulasi pendengaran dan juga stimulasi visual (Roesli,2010).

Bayi yang dipijat mengalami peningkatan *tonus nervous vagus* (saraf otak ke 10). Ini membuat kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin naik sehingga penyerapan makanan lebih baik. Penyerapan yang lebih baik maka akan menyebabkan bayi mudah lapar dan karena itu

lebih sering menyusui akibatnya produksi ASI akan lebih banyak, sehingga frekuensi menyusui bayi akan lebih meningkat (Roesli, 2013).

Keterbatasan Penelitian

- a. Pada penelitian ini peneliti menemukan jumlah responden terbatas hanya 35 responden, dikarenakan dari jumlah seluruh bayi di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara tidak seluruhnya dalam kriteria.
- b. Pada penelitian ini peneliti hanya melakukan pijat bayi dengan frekuensi menyusui pada bayi usia 1-6 bulan dikarenakan adanya keterbatasan waktu dan biaya peneliti.

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pijat bayi dengan frekuensi menyusui pada bayi usia 1–6 bulan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara, diperoleh beberapa temuan penting. Mayoritas responden berada pada rentang usia 5–6 bulan, yaitu sebanyak 20 bayi (57,1%). Sebagian besar bayi rutin menerima pijat bayi, tercatat sebanyak 21 bayi (60,0%), dan sebanyak 23 bayi (65,7%) menunjukkan frekuensi menyusui yang baik. Dari segi jenis kelamin, bayi perempuan mendominasi jumlah responden, yaitu sebanyak 23 bayi (65,7%). Analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara pijat bayi dan frekuensi menyusui, dengan nilai p-value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), yang berarti hipotesis alternatif (H_a) diterima. Temuan ini mengindikasikan bahwa pijat bayi tidak hanya berpengaruh terhadap peningkatan frekuensi menyusui, tetapi juga berkaitan dengan kualitas tidur bayi. Dengan demikian, pijat bayi dapat dijadikan sebagai intervensi sederhana yang efektif dalam mendukung keberhasilan menyusui dan meningkatkan kesejahteraan bayi secara menyeluruh.

Saran

Hasil penelitian mengenai hubungan pijat bayi dengan frekuensi menyusui pada bayi usia 1–6 bulan memiliki implikasi yang luas bagi berbagai pihak. Bagi masyarakat, temuan ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan serta mendorong partisipasi aktif dalam praktik pijat bayi sebagai upaya mendukung pemenuhan nutrisi dan tumbuh kembang optimal bayi. Bagi lahan praktik, khususnya bidan di Puskesmas Lambai Kabupaten Kolaka Utara, hasil ini menjadi dasar untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan anak, terutama dalam kelas balita, melalui integrasi pijat bayi sebagai intervensi promotif. Sementara itu, bagi institusi pendidikan, penelitian ini dapat dijadikan referensi ilmiah yang memperkaya wawasan mahasiswa dalam bidang kesehatan anak dan intervensi nonfarmakologis, khususnya terkait

stimulasi menyusu. Adapun bagi penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengeksplorasi faktor-faktor lain yang turut memengaruhi frekuensi menyusu, seperti konseling menyusui, status gizi ibu, serta asupan ASI dan PASI harian, guna memperluas pemahaman dan efektivitas intervensi dalam mendukung keberhasilan menyusui.

DAFTAR PUSTAKA

- Altika, S., Sifa, & Niamah, S. (2020). Analisis kualitas tidur bayi dan pemijatan. *Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati*.
- Arisman. (2010). *Buku Ajar Ilmu Gizi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran.
- Dewi, U., Aminin, F., & Gunnara, H. (2014). Pengaruh pemijatan terhadap kualitas tidur bayi usia 3-4 bulan di Posyandu Gelatik dan Nuri Kelurahan Tanjungungat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjungpinang Tahun 2014. *Jurnal Ners dan Kebidanan*.
- Doska, R. (2019). *Senan dan Pijat Bayi*. Jawa Barat: Senja Media Utama.
- Falikhah, A., & Hidayat, A. (2011). Pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi menyusui pada bayi 0-3 bulan di BPS Dini Melani Condong Catur Sleman Yogyakarta. *Unisa Digital Library*.
- Farida, Y. (2018). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan. *Jurnal Kebidanan*, 7.
- Hastuti, & Nopri. (2015). *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi Dan Balita*. Yogyakarta: PT Kanisius.
- Kasanah, U. (2019). Hubungan pemrosesan ASI dengan frekuensi kejadian diare pada bayi. *Jurnal Ilmiah STIKES*.
- Lee, N. (2009). *Cara Pintar Merawat Bayi 0-12 Bulan*. CV Solusi Distribusi: Yogyakarta.
- Mangunkusumo, C. (2008). *Penuntun DIIT Anak*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- More, J. (2014). *Gizi Bayi, Anak, dan Remaja*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Muawanah, S. (2020). Hubungan pijat bayi dengan perbaikan status gizi pada balitan. *Jurnal Harapan Ibu Pekalongan*.
- Notoatmojo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Asdi Mahasatya.
- Rahayu, P., & Hastuti, P. (2017). Hubungan pemenuhan nutrisi dan tingkat kecemasan masa nifas dengan pengeluaran ASI ibu di desa. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Bakti Utama Pati*.
- Roesli Utami, (2009). *Pedoman Pijat Bayi*. PT Trubus Agri Widia: Jakarta.
- Sari, K. D. (n.d.). Hubungan teknik, frekuensi, durasi menyusui dan asupan energi dengan berat badan bayi usia 1-6 bulan. *Jurnal Kebidanan*.
- Sears, W. (2007). *The Baby Book*. Jakarta: PT Serambi Ilmu Semesta.
- Sediaoetama, A. (2010). *Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Dian Rakyat.
- Subakti, & Deri Rizky. (2008). *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Wahyu Media: Jakarta.

- Sugiyono. (2015). *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif Dan R&D*. Bandung: IKAPI.
- Ulfa, Z. D., & Khayati, F. N. (2019). Kebersihan pemberian ASI eksklusif oleh ibu bekerja. *Jurnal Ilmu Kebidanan dan Kesehatan*.
- Walyani, E. S. (2017). *Asuhan Kebidanan*. Yogyakarta: PT. Pustaka Baru.