

Efektivitas Terapi Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Konsumsi Asi

Effectiveness off Infant Massage Therapy on Increasing Breast Milk Consumption

Aulia Rahmi¹, Meutia Zuhra², Riski Dian Ardianti³, Sarah Nadiya⁴

¹⁻⁴Dosen Stikes Lhokseumawe, Jl. Darussalam No, 47 Kota Lhokseumawe,
Kota Lhokseumawe 24351, Indonesia

*Korespondensi Penulis :rahmiaulia9122@gmail.com

Abstrak

Masa bayi merupakan masa keemasan dan masa kritis yang membutuhkan stimulasi dini untuk optimalisasi perkembangan. Salah satu stimulasi yang dapat diberikan adalah pijat bayi. Pijat bayi sebagai salah satu bentuk bahasa sentuhan ternyata memiliki efek positif untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi. Sentuhan atau pijat bayi juga dapat merangsang produksi ASI. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui efektivitas pijat bayi terhadap peningkatan konsumsi ASI. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 12 bayi yang diambil secara total sampling. Penelitian ini bersifat quasi eksperimen, selanjutnya data dianalisis dengan menggunakan uji-t (uji parametric). Hasil uji-t didapatkan nilai $t(\text{hitung}) = 0,000$ $p\text{-value} < t(\text{tabel})$, yang berarti ada hubungan antara pijat bayi dengan konsumsi ASI pada bayi. Dengan kata lain terdapat perbedaan konsumsi ASI (frekuensi konsumsi ASI) yang signifikan antara sebelum diberikan terapi pijat bayi dengan sesudah diberikan terapi pijat bayi dengan sesudah diberikan terapi pijat bayi. Semua bayi (100%) mengkonsumsi ASI Lebih banyak dibandingkan sebelum diberikan terapi pijat bayi. Maka dapat disimpulkan bahwa terapi pijat bayi efektif untuk meningkatkan konsumsi ASI pada bayi umur 3-6 bulan.

Kata kunci: Efektivitas pijat bayi, & Konsumsi ASI

Abstract

Infancy is a golden period and a critical period that requires early stimulation to optimize development. One of the stimulations that can be given is baby massage. Baby massage as a form of touch language turns out to have a positive effect on baby growth and development. Baby touch or massage can also stimulate milk production. This study aims to determine the effectiveness of baby massage in increasing milk consumption. The sample in this study were 12 infants who were taken by total sampling. This research was a quasi experiment, then the data were analyzed using the t-test (parametric test). value $< t(\text{table})$, which means there is a relationship between infant massage and breast milk consumption in infants. In other words, there is a significant difference in milk consumption (frequency of breast milk consumption) between before being given infant massage therapy and after being given infant massage therapy and after being given therapy baby massage. All babies (100%) consume more breast milk than before being given infant massage therapy. So it can be concluded that infant massage therapy is effective for increasing milk consumption in infants aged 3-6 months

Keyword: The effectiveness of baby massage, ASI consumption

PENDAHULUAN

Pijat merupakan stimulus yang memberikan rangsangan terhadap pertumbuhan perkembangan bayi. Hal ini akan mempengaruhi pemberian ASI pada kenaikan berat badan karena ASI merupakan makanan dan minuman yang paling sempurna bagi bayi selama bulan pertama kehidupannya dan makanan bayi paling utama. Periode 1000 hari pertama sering disebut *window of opportunities* atau sering juga disebut periode emas (*Golden Period*) didasarkan pada kenyataan bahwa pada masa janin sampai anak usia dua tahun terjadi proses tumbuh kembang yang sangat cepat dan tidak terjadi pada kelompok usia lain (Choirina, 2021).

Penelitian Bunga menggunakan metode penelitian ini adalah *Quasy Eksperimen* dengan pendekatan *Two Group pretest and posttest Design*. Lokasi penelitian berada di Alanda Care Kota Pangkalpinang Provinsi Bangka Belitung. Waktu penelitian dilakukan pada Desember 2019 – Januari 2020. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh bayi 2-5 bulan sebanyak 46 bayi. Pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *Proporsive Sampling*, dimana pengambilan sampel yang berdasarkan atas suatu pertimbangan tertentu sehingga sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden di mana 15 responden kelompok intervensi dan 15 responden kelompok kontrol.

Langkah pengambilan data dimulai dengan melakukan studi pendahuluan, mengurus perizinan, memberikan lembar *informed consent* kepada orang tua bayi yang dijadikan sampel, melakukan penimbangan sebelum dilakukan pemijitan, kemudian dilakukan prosedur pemijitan dengan cara pemijitan dilakukan 2x seminggu dengan durasi 15 menit yang dilakukan selama 30 hari, lalu setelah prosedur pemijitan tersebut selesai dilakukan penimbangan kembali dan terakhir dilakukan pengolahan data Instrumen Penelitian menggunakan lembar observasi. Bahan yang dipakai dalam penelitian adalah minyak zaitun dan alat yang digunakan adalah timbangan untuk bayi. (Bunga Tiara Carolin et al., 2020)

Pijat bayi sangat bermanfaat dalam mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi/anak, diantaranya adalah meningkatkan penyerapan makanan sehingga bayi lebih cepat lapar dan bayi akan lebih sering menyusu kepada ibunya, sehingga bisa meningkatkan berat badan pada bayi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi. Banyaknya

manfaat yang dihasilkan oleh sentuhan tersebut, maka saat ini banyak dilakukan penelitian tentang pijat bayi, karena ternyata manfaat dari pijat bayi tersebut sangatlah besar, baik perkembangan secara fisik maupun secara emosional. Pertumbuhan dan perkembangan bayi bisa dilihat dengan pengukuran antropometri, khususnya pengukuran berat badan. Berat badan bisa digunakan untuk mendiagnosis bayi baru lahir normal atau BBLR.

Bayi dengan berat badan lahir rendah apabila berat bayi lahir < 2500 gram. Pada masa bayi dan balita, untuk melihat pertumbuhan fisik maupun status gizi bayi yaitu dengan melihat kenaikan berat badan tiap waktu. Dari hasil wawancara pendahuluan dengan beberapa ibu yang mempunyai bayi, sebagian besar ibu mengatakan jarang memijat bayinya, pijat bayi dilakukan hanya sekali-kali kalau anak kurang enak badan.(Marni, 2019)

Berdasarkan pengambilan data awal sebanyak 12 bayi, usia 3 bulan 1 bayi, usia 4 bulan 3 bayi, usia 5 bulan 1 bulan, dan usia 6 bulan 7 bayi, dari hasil wawancara yang peneliti lakukan pada studi pendahuluan di dapatkan keterangan dari ibu yang memiliki bayi belum pernah melakukan pijat bayi, dan bayinya kurang konsumsi ASI, kadang ibu merasakan susah karena bayi kurang konsumsi ASI.

METODELOGI

Metode penelitian yang digunakan adalah penelitian quasib-experimental. Populasi dalam penelitian sebanyak 12 bayi. Teknik penelitian ini peneliti memutuskan untuk akan mengambil 12 sampel untuk mewakili seluruh populasi yang kemudian akan di berikan treatment pijat bayi dengan menggunakan tehnik total sampling. Rancangan yang di gunakan oleh penelitian one group pre and post-test. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 9 sampai dengan 16 Agustus 2023.

HASIL PENELITIAN

a. Karakteristik Responden

Tabel 1. Ringkasan Karakteristik Responden Bayi

| No | Karakteristik Responden | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|-------------------------|-----------|----------------|
| 1 | Usia | | |
| | 3 Bulan | 1 | 8.3 |
| | 4 Bulan | 3 | 25.0 |
| | 5 Bulan | 1 | 8.3 |

| | | | |
|---|---------------|----|------|
| | 6 Bulan | 7 | 58.3 |
| | Total | 12 | 100 |
| 2 | Jenis Kelamin | | |
| | Laki-laki | 4 | 33.3 |
| | Perempuan | 8 | 61.7 |
| | Total | 12 | 100 |
| 3 | Pendidikan | | |
| | SMP | 6 | 50.0 |
| | SMA | 3 | 25.0 |
| | S1 | 3 | 25.0 |
| | Total | 12 | 100 |
| 5 | Pekerjaan Ibu | | |
| | IRT | 10 | 83.3 |
| | Wiraswasta | 2 | 16.7 |
| | Total | 12 | 100 |

Dari tabel dapat dilihat bahwa umur responden yang paling banyak adalah 6 sebanyak 7 responden (58,3 %) dan yang paling sedikit adalah umur 3 bulan sebanyak 1 responden (8,3 %) dan umur 5 bulan sebanyak 1 responden (8,3%). Jenis kelamin responden yang paling banyak adalah perempuan sebanyak 8 responden (66,7 %) dan yang paling sedikit adalah laki-laki sebanyak 4 responden (33,3%). Pendidikan ibu responden yang paling banyak adalah SMP /Sederajat sebanyak 6 orang (50%) dan SMA sebanyak 3 orang (25%) dan S1 sebanyak 3 orang (25%). Pekerjaan ibu responden yang paling banyak adalah IRT sebanyak 10 orang (83,3%) dan paling sedikit adalah wiraswasta sebanyak 2 orang (16,7 %).

b. Distribusi Frekuensi Konsumsi ASI Pre Intervensi Peningkatkan Konsumsi ASI

Tabel 2. Intervensi

| No | Self Esteem | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|---------------|-----------|----------------|
| 1 | Efektif | 3 | 25% |
| 2 | Tidak Efektif | 9 | 75% |
| | Total | 12 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa ada peningkatan konsumsi ASI sebelum dilakukan terapi tidak ada peningkatan konsumsi ASI sebanyak 12 responden (100%).

c. Distribusi Frekuensi Konsumsi ASI Pijat Post Intervensi Peningkatkan Konsumsi Asi.

Tabel 2. Intervensi

| No | Acne Vulgaris | Frekuensi | Persentase (%) |
|-------|---------------|-----------|----------------|
| 1 | Efektif | 5 | 41,67% |
| 2 | Tidak Efektif | 7 | 58,33% |
| Total | | 12 | 100 |

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa ada peningkatan konsumsi ASI sebelum dilakukan terapi tidak ada peningkatan konsumsi ASI sebanyak 12 responden (100%).

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisa data penelitian dengan menggunakan tabel distribusi frekuensi yang peneliti lakukan pada tanggal 1juli-14 juli 2023,maka pembahasan dari hasil penelitian adalah sebagai berikut, Berdasarkan tabel tersebut,bayi yan konsumsi ASI sesuai dengan standar pre intevensi 3 bayi dan post intervensi 5 bayi.Berdasarkan hasil analisa bivarit,terhadap perbedaan konsumsi ASI yang signifikasi antara sebelum di berikan terapi pijat bayi dengan sesudah diberikan terapi pijat bayi.Hal ini dapat dilihat dari responden yang mengalami peningkatan konsumsi ASI setelah diberikan terapi pijat bayi. Hasil uji-t di dapatkan nilai p-value $=0,000\alpha$ (p-value $< 0,005$), yang berarti bahwa hipotesadi terima.

Berdasarkan analisis hasil penelitian dengan sampel sebanyak 12 responden tentang efektivitas terapi pijat bayi terhadap peningkatan konsumsi ASI dapat disimpulkan,berdasarkan hasil uji-t,disimpulkan bahwa terhadap perbedaan konsumsi ASI yang bermakna antara sebelum di berikan treatmet pijat bayi dengan sesudah diberikan treatment pijat bayi,dengan hasil p-value yaitu 0,000,perbandingan konsumsi ASI sebelum dan sesudah diberikan treatment pijat bayi,setelah diberikan terapi pijat bayi,dari 12 sampel 5 anak mengkonsumsi ASI lebih banyak dibandingkan sebelum diberikan terapi pijat bayi,dari hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi pijat bayi efektif untuk meningkatkan konsumsi ASI pada bayi umur 3-6 bulan,efektifitas terapi pijat bayi terhadao peningkatan konsumsi ASI sebesar 16.67% .Hasil penelitian ini menunjukkan sudah sesuai dengan teori diatas dimana hasil dari penelitian ini didapatkan bahwa terapi pijat bayi mempengaruhi konsumsi ASI Pada semua responden bayi (100%)

Penelitian terhadap perkembangan terutama pada aspek sosial yang terjadi pada bayi di kelompok perlakuan yang diberikan stimulasi pijatanyaitusaat bayi digendong oleh ibunya, bayi terus menerus melihat wajah ibunya lebih lama serta dapat tersenyum

secara spontan. Pada awalnya sebelum dilakukan teknik pijatan ibu bayi menjelaskan bahwa bayinya lebih sering mainan sendiri dan jarang melakukan kontak dengan melihat wajah ibunya saat diajak berbincang-bincang ataupun digendong.(Ika & Diyah,2023)

Penelitian yang telah dilakukan tentang kualitas tidur bayi usia 6 – 12 bulan di Rw 01 Kelurahan Gunung Batu Kota Bogor, dimana penelitian pijat bayi yang dilakukan selama 2 minggu dengan durasi 20 menit dan dilakukan evaluasi selama 6 kali perlakuan bahwa adanya peningkatan yang semula 15 responden kualitas tidur bayi kurang meningkat menjadi 16 responden kualitas tidur baik dan 4 responden kualitas tidur cukup. Meningkatnya kualitas tidur bayi dilihat dari lembar checklist setelah dilakukan pijat bayi diantaranya tidur malam ≥ 9 jam, terbangun dimalam hari ≤ 3 kali, durasi terbangun ≤ 1 jam, total tidur bayi dalam 24 jam ≥ 14 jam dan bayi saat terbangun tidak rewel dan lemas. Dengan begitu pijat bayi merupakan sentuhan nyaman dan lembut yang dapat meningkatkan daya tahan tubuh dan meringankan ketegangan otot setelah aktifitas fisik seperti belajar merangkak dan berjalan sehingga bayi menjadi nyaman dan tertidur (Febri et all,2023).

KESIMPULAN

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, maka hasil penelitiannya dapat disimpulkan pijat bayi dilakukan sangat efektif dengan baik sangat bantu untuk kesehatan bayi.

SARAN

Perlu adanya tenaga medis untuk menerapkan terapi pijat bayi untuk ibu-ibu di masyarakat untuk lebih mandiri melakukan di rumah dan bisa membuat bayi menjadi lebih sehat.

DAFTAR PUSTAKA

- Ika Yuni Susanti & Dyah Siwi Hety (2023). Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Bayi Umur 6-11 Bulan Di Posyandu, *Jurnal Hospital Majapahit*, Vol 15 No.1 Februari 2023
- Febri Safitri, Triana Indrayani, & Retno Widowati (2023). Efektivitas Pijat Bayi Usia 6-12 Bulan Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur, *Jurnal Penelitian Perawat Profesional* Vol.5 No.1 Februari

2023.<http://jurnal.globalhealthsciencegroop.com/index.php/JPP>.

Marni (2019). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi, *Jurnal Kebidanan Indonesia*, Vol 10 No.1 Januari 2019

Bunga Tiara Carolin,Siti Syamsiah, & Mita Mauliah Khasri. (2020). Pijat Bayi Dapat Meningkatkan Berat Badan Bayi (Jurnal Kebidanan),Vol.6. No 3. Juli 2020.

Niky Wahyuning Gusti, Arsita Pratiwi,& Ulfiah Sufie (2023).Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Bayi Usia 1-3 Bulan Di RS PKT Bonitang (Jurnal Ilmiah Kesehatan BPI).Vol.7 No1. Februari.2023

Nurwinda Saputri (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan.(Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat) Vol.3 Juli 2019