

**PERBEDAAN FREKUENSI MENYUSU ASI PADA BAYI USIA 1-3 BULAN
SEBELUM DAN SESUDAH DILAKUKAN PIJAT BAYIDI DESA JOMBOR
KECAMATAN TUNTANG KABUPATEN SEMARANG**

Mariyam Putri Nursanti¹, Kartika Sari², Risma Alviani Putri³
Program Studi DIV Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Ngudi Waluyo Ungaran
Email : mariyamputri77@gmail.com

ABSTRAK

Bayi adalah anak usia 0-12 bulan setiap individu bayi memerlukan proses adaptasi. Bayi harus dapat melakukan 4 penyesuaian agar tetap hidup yaitu penyesuaian perubahan suhu, menghisap, dan menelan, bernafas dan pembuangan kotoran. Kesulitan penyesuaian adaptasi akan menyebabkan bayi mengalami penerunan berat badan. Setiap bayi akan mengalami tahap pertumbuhan yang meliputi tinggi badan, berat badan, gigi, dan struktur tulang. Salah satu cara untuk meningkatkan pertumbuhan adalah dengan minum ASI. Ada beberapa cara untuk meningkatkan frekuensi menyusu ASI pada bayi salah satunya dengan pijat bayi. Pijat bayi adalah Suatu teknik sentuhan yang dapat memberikan manfaat sensorik dan motorik pada bayi dan pijat bayi bermanfaat memaksimalkan aktivitas nervus vagus serta penyerapan makanan akan lebih baik menjadikan bayi cepat lapar dan lebih sering menyusu ibunya. Untuk mengetahui perbedaan frekuensi menyusu ASI pada bayi usia 1-3 bulan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang. Metode yang di gunakan pada penelitian ini adalah pra experiment design dengan rancangan pendekatan *one group pretest-post test* pada 12 bayi. Teknik pengambilan sampel dengan cara purposive sample. Analisis data menggunakan wilcoxon. Berdasarkan penelitian didapatkan hasil sebelum dilakukan pemijatan rata-rata frekuensi menyusu ASI pada bayi dalam kategori cukup, sesudah dilakukan pemijatan rata-rata frekuensi menyusu 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 frekuensi menyusu pada bayi.

Keywords : Pijat Bayi, Frekuensi Menyusu ASI

**THE DIFFERENCE THE BREASTFEEDING FREQUENCY ON INFANTS AGED
1-3 MONTHS BEFORE AND AFTER BABY IN MASSAGE AT JOMBOR
TUNTANG SUB DISTRICT
SEMARANG REGENCY**

Mariyam Putri Nursanti¹, Kartika Sari², Risma Alviani Putri³
DIV Midfery study program , Faculty Of Health Science
Ngudi Waluyo University
Email : mariyamputri77@gmail.com

ABSTRACT

Background: Infants are they children aged 0-12 months each infants needs an adaptation process. They must be able to make 4 adjustments to stay alive, namely adjustments to changes in temperature, sucking, and swallowing, breathing and defecating. Difficulties in adaptation will cause the infant to experience reduce weight gain. Each baby will experience a growth stage that includes height, weight, teeth, and bone structure. One way to increase growth is by drinking breast milk. There are several ways to increase the frequency of breastfeeding in infants, one of which is by baby massage. Baby massage is a touch technique that can provide sensory and motoric benefit to infants and beneficial baby massage maximizes vagus nerve activity and increase absorption of food, make infants hungry faster and suckle more often on their mothers.

Objective: To determine the difference the breastfeeding frequency on infants aged 1-3 months before and after baby in massage at jombor tuntang sub district semarang regency.

Method: The method used in this study was a pre-experiment design with a one group pretest-post test approach design for 12 infants. The sampling technique used purposive sample. Data analysis used Wilcoxon.

Results: Based on the research, the results obtain before the massage the average frequency of breastfeeding in infants is in sufficient categories, after massage the average frequency of breastfeeding in infants is in the good category. This shows that there are significant differences before and after massage on infants from p-value $0.002 < (0.05)$.

Conclusion: In this study it can be concluded that massage in infants can increase the frequency of breastfeeding.

Keywords: Infant Massage, Frequency of Breastfeeding

PENDAHULUAN

Di Indonesia presentase menyusui eksklusif menurut anak dan karakteristik responden, presentase menyusui bayi usia 0-1 bulan yaitu 87,35%, usia 2-3 bulan yaitu 61,33%, dan usia 4-5 bulan yaitu 55,32% (Riskasdas, 2015). American Academy of Pediatrics (AAP) merekomendasikan agar bayi menyusui pada bulan pertama yaitu sebanyak 8-12 kali sehari, bergantian dari payudara kanan dan kiri dan indikasi bahwa anak

tersebut cukup ASI terlihat ketika bayinya BAK minimal 6 kali sehari. Bayi menyusui dengan intensitas yang berbeda, bayi akan menyusui 8-9 kali diusia 2 bulan, dan bayi akan menyusui 7-8 kali diusia 3 bulan (Isma, 2015). Ada beberapa hal yang mempengaruhi frekuensi dan durasi menyusui ASI pada bayi salah satu upaya yang dilakukan adalah melakukan pijat bayi. Pijat bayi juga merupakan salah satu jenis stimulasi merangsang perkembangan struktur maupun fungsi

dari kerja sel-sel dalam otak. Stimulasi merupakan hal yang penting tahapan pertumbuhan dan perkembangan anak.

Salah satu puskesmas yang berada di wilayah kerja kabupaten semarang adalah puskesmas Gedangan yang berada di kecamatan Tuntang. Puskesmas gedangan di bagi menjadi 6 wilayah yaitu; Jombor, Gedangan, Sraten, Candirejo, Kalibeji, dan Rowosari. Berdasarkan data puskesmas terdapat 136 bayi berusia 1-3 bulan yang mendapatkan ASI. Kemudian peneliti melakukan studi pendahuluan di Desa Jombor dan gedangan, yang mana Desa Jombor dan gedangan memiliki bayi yang paling banyak yaitu 32 dan 29 bayi. Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Desa Jombor di BPM Siti Samsiyah pada bulan januari-maret terdapat 15 bayi yang melakukan pemijatan di BPM tersebut. Sedangkan di desa Gedangan peneliti melakukan wawancara kepada 5 ibu yang mempunyai bayi umur 1-3 bulan dan hasilnya yaitu ibu jarang melakukan pemijatan pada bayinya.

METODE PENELITIAN

Variabel penelitian ini terdiri dari dua yaitu : Variabel bebas adalah pijat bayi dan Variabel terikat ini adalah Frekuensi menyusui.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

a. Umur bayi

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Umur Responden

Umur Bayi	Jumlah	Presentase (%)
1 Bulan	5	41,7
2 Bulan	6	50,0
3 Bulan	1	8,3
Jumlah	12	100

Sumber Primer Juli 2019

Hasil karakteristik umur responden pada tabel 1 meunjukkan bahwa dari 12 responden bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang, lebih banyak yang berusia 2 bulan, yaitu sejumlah 6 bayi (50,0%).

b. Jenis Kelamin

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan jenis kelamin Responden

Jenis Kelamin	Jumlah	Presentasi (%)
Perempuan	7	58,3
Laki-laki	5	41,7
Jumlah	12	100

Hasil karakteristik umur responden pada tabel 2 meunjukkan bahwa dari 12 responden bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang, lebih banyak yang berjenis kelamin perempuan, yaitu sejumlah 7 bayi (58,3%).

Analisis Univariat

1. Frekuensi Menyusu Bayi Sebelum Diberikan Pijat

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Frekuensi Menyusu Bayi Usia 1-3 Bulan Sebelum Dilakukan Pijat di De sa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang

Frekuensi Menyusu Sebelum Pijat	f	(%)
Kurang	3	25,0
Cukup	9	75,0
Baik	0	0
Jumlah	12	100

Hasil analisis univariat pada tabel 3 diketahui bahwa sebelum dilakukan pijat sebagian besar frekuensi menyusui bayi dalam kategori cukup (8x-10x sehari), yaitu sebanyak 9 bayi (75,0%).

2. Frekuensi Menyusu Bayi Setelah Pijat

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Frekuensi Menyusu Bayi Usia 1-3 Bulan Sesudah Dilakukan Pijat di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang

Frekuensi Menyusu Sesudah Pijat	f	(%)
Cukup	4	33,3
Baik	8	66,7
Kurang	0	0
Jumlah	12	100

Hasil analisis univariat pada tabel 4 diketahui bahwa sesudah

dilakukan pijat sebagian besar frekuensi menyusui bayi dalam kategori baik (>10x sehari), yaitu sebanyak 8 bayi (66,7%).

Analisis Bivariat

Analisis bivariat ini disajikan untuk menganalisis perbedaan frekuensi menyusui ASI bayi usia 1-3 bulan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang.

Tabel 5 Perbedaan Frekuensi Menyusui Bayi Usia 1-3 Bulan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang.

Variabel	Perlakuan	N	Mean	SD	T	P-value
Frekuensi Menyusui	Sebelum	12	8,42	1,240	-7,532	0,002
	Sesudah	12	10,75	1,357		

1. Gambaran Frekuensi Menyusui ASI Bayi Usia 1-3 Bulan Sebelum Dilakukan Pijat Di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang.

Hasil analisis pada tabel 3 bahwa sebelum dilakukan pijat frekuensi menyusui bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang kategori kurang sejumlah 3 bayi (25,0%), dan dalam kategori cukup sejumlah 9 bayi (75,0%). Ini menunjukkan bahwa sebagian besar frekuensi menyusui sebelum di berikan pijat dalam kategori cukup yaitu frekuensi menyusui 8-10 kali per hari hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu posisi bayi yang salah saat menyusui, terkadang ibu menyusui bayinya tanpa melihat durasi bayi, dan ibu tidak mengetahui isyarat bayi ketika ingin menyusui.

Hasil tabel 3 menunjukkan bahwa frekuensi menyusui bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang, sebagian besar dalam kategori cukup. Frekuensi menyusui bayi bisa di pengaruhi oleh

beberapa faktor salah satunya yaitu usia. Dari hasil penelitian di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang di dapatkan hasil rata-rata frekuensi menyusui pada bayi usia 1 bulan adalah 7,6 kali per hari, pada bayi usia 2 bulan 9,2 kali per hari dan pada bayi usia 3 bulan frekuensi menyusunya 8x per hari. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian Menurut Johnson & Taylor (2005) bahwa bahwa rata-rata frekuensi menyusui ASI pada bayi usia 1 bulan adalah 10,3 kali per hari, sedangkan usia 2 bulan hanya 8,4 kali per hari. Sebagaimana di nyatakan oleh Isma (2015) bahwa semakin bertambah usia bayi, frekuensi menyusui bayi akan mengalami penurunan dan peningkatan. Bayi menyusui dengan intensitas yang berbeda, pada bulan-bulan awal, bayi dapat menyusui 7-8 kali per hari, bayi akan menyusui 8-9 kali per hari di usia 2 bulan, dan bayi akan menyusui 7-8 kali di usia 3 bulan.

Untuk dapat menyusui dengan baik dan lebih sering, ibu sebaiknya di anjurkan untuk menyusui sebagai respon isyarat bayi dan berhenti menyusui bila bayi tampak kenyang (isyarat kenyang meliputi relaksasi seluruh tubuh, tidur saat menyusui dan melepaskan puting). (Varney, 2007). Frekuensi menyusui yang baik akan berpengaruh terhadap pertumbuhan bayi yang dapat dilihat dan kenaikan berat badan bayi setiap bulan. Kandungan nutrisi alami yang mudah di serap saluran cerna bayi serta growth faktor dalam ASI dapat menunjang pertumbuhan bayi terutama dari segi berat badan. Sesuai dengan teori yang menyatakan bahwa bayi yang diberi ASI dengan frekuensi menyusui yang tepat akan memiliki pertambahan berat badan yang normal (Riordan, 2004).

2. Gambaran Frekuensi Menyusui ASI Bayi Usia 1-3 Bulan Sesudah

Dilakukan Pijat Di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang.

Hasil analisis pada tabel 4 bahwa setelah dilakukan pijat frekuensi menyusu bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang dalam kategori cukup sejumlah 4 bayi (33,3%), dan dalam kategori baik sejumlah 8 bayi (66,7%). Ini menunjukkan bahwa sesudah di lakukan pijat bayi sebagian besar frekuensi menyusu bayi dalam kategori baik.

Hal itu mengacu pada hasil penelitian Ghicara (2006) bahwa frekuensi pemijatan yang dilakukan 2 kali dalam 1 minggu pada bayi diatas 1 bulan akan meningkatkan aktivitas nervus vagus yang menyebabkan penyerapan makanan menjadi lebih baik pada system pencernaan, sehingga bayi akan cepat lapar dan frekuensi menyusu bayi akan semakin sering.

Hasil ini menunjukkan bahwa frekuensi menyusu ASI bayi telah mengalami perubahan menjadi lebih baik sesudah dilakukan pijat di bandingkan sebelum di lakukan pijat, sesuai dengan IDAI (2012) menyatakan bahwa frekuensi menyusu Byi usia 1-3 bulan sekitar 8-12 kali perhari, selain itu bayi yang sehat dapat mengosongkan 1 payudara sekitar 5-7 menit dan ASI dalam lambung akan kosong dalam waktu 2 jam.

Untuk menjaga keseimbangan besarnya kedua payudara dan di usahakan sampai payudara kosong agar produksi ASI tetap baik. Ibu sebaiknya di anjurkan untuk menyusui sebagai respon isyarat bayi dan berhenti menyusui bila bayi tampak kenyang (isyarat kenyang meliputi relaksasi tubuh bayi, tidur saat menyusu dan melepaskan puting). (Varney, 2007). Selain itu, hal ini sesuai dengan pembagian

frekuensi menyusu pada bayi usia 1-3 bulan menurut Annisa Falikhah 2015 yaitu frekuensi menyusu dikatakan baik apabila dalam 24 jam bayi menyusu lebih dari 10 kali dalam 24 jam, sedangkan bayi yang menyusu kurang dari 8 kali dalam 24 jam termasuk dalam kategori kurang.

Pada penelitian yang dilakukan di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang pemijatan dilakukan 2 kali dalam 1 minggu dengan rata-rata frekuensi menyusu Asi pada bayi usia 1-3 meningkat yaitu sebelum dilakukan pijat frekuensi menyusu bayi dalam kategori cukup sejumlah 9 bayi (75,0%)hal ini di pengaruhi oleh beberapa faktor yaitu posisi bayi menyusu yang salah, ibu yang menyusui bayinta tanpa melihat durasi dan ibu kurang mengetahui isyarat bayi ketika ingin menyus, dan setelah di lakukan pijat bayi frekuensi menyusu bayi dalam kategori baik yaitu sejumlah 8 bayi (66,7%). Menurut dr. Narulita Dewi dalam Kusmini, Melyana, dan Sutarmi, 2015 mengatakan bahwa manfaat pijat bagi bayi salah satunya adalah memaksimalkan aktivitas nervus vagus yang berfungsi untuk meningkatkan volume ASI, tidak hanya itu penyerapan makanan yang lebih baik karena peningkatan aktivitas nervus vagus akan menjadikan bayi cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu ibunya. hal ini yang akan dapat mempengaruhi semakin baiknya frekuensi menyusu bayi setelah dilakukan pemijatan bayi adalah interval menyusu bayi. bayi yang mengkonsumsi ASI akan lebih mudah cepat lapar dari pada bayi yang mengkonsumsi susu formula. ASI akan lebih mudah dicerna sehingga bayi akan lebih cepat lapar, sehingga interval menyusu bayi ASI lebih

sering daripada bayi dengan susu formula.

3. Perbedaan Frekuensi Menyusu ASI Bayi Usia 1-3 Bulan Sebelum dan Sesudah Dilakukan Pijat Di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang.

Hasil penelitian pada tabel 4.5 bahwa sebelum dilakukan pijat frekuensi menyusu bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang menunjukkan bahwa berdasarkan uji t dependen di dapatkan p-value $0,002 < (0,05)$, sehingga dapat di simpulkan bahwa ada perbedaan yang signifikan frekuensi menyusu ASI bayi usia 1-3 bulan sebelum dan sesudah dilakukan pijat. Ini terlihat dari hasil rata-rata frekuensi bayi menyusu ASI sebelum di lakukan pijat adalah 8,43 kali dalam 24 jam. Kemudian, meningkat menjadi 10,75 kali dalam 24 jam sesudah di lakukan pijat bayi.

Hasil ini di karenakan bayi bayi yang dipijat mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan lebih baik. Aktivitas itulah yang menyebabkan bayi cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu pada ibunya di bandingkan bayi yang tidak dilakukan pijat. Hasil ini sesuai dengan hasil penelitian Farida Y (2018) yaitu melakukan pijat bayi rutin 2x selama seminggu pada 18 bayi menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pemijatan pada bayi 10 bayi (33,3%) dalam kategori cukup, setelah dilakukan pijat pada bayi sebanyak 11 bayi (36,7%) masuk dalam kategori baik. Menurut hasil penelitian Field T, Scafidi dan Schanberg (2012) bahwa bayi usia 1-3 bulan yang di berikan pijat dalam 2 kali seminggu selama 6 minggu akan berpengaruh terhadap frekuensi menyusu. sebelum di lakukan pijat yaitu sebanyak 6 (37,5) bayi dalam

kategori cukup dan sesudah di berikan pijat sebanyak 9 (56,2) bayi dalam kategori baik.

Hasil penelitian di atas juga sesuai dengan teori yang ditemukan oleh Roesli (2008) yang mengatakan bahwa pijat bayi meningkatkan aktivitas nervus vagus dan akan merangsang hormon pencernaan antara lain insulin dan gastrin. Insulin mengang peranan pada metabolisme, yang akan menyebabkan kenaikan metabolisme karbohidrat, penyimpanan glikogen, sintesa asam lemak, ambilan asam amino, sintesa protein. Jadi insulin ini termasuk hati, lemak, dan otot. Peningkatan insulin dan gastrin akan dapat merangsang fungsi pencernaan sehingga penyerapan terhadap sari makanan yang lebih baik. Penyerapan makanan yang lebih baik akan menyebabkan bayi cepat laparkarena itu bayi akan lebih sering menyusu. Akibatnya produksi ASI ibu akan lebih banyak.

KESIMPULAN

Sebelum dilakukan pijat sebagian besar frekuensi menyusu bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang dalam kategori cukup (8x-10x sehari), yaitu sejumlah 9 bayi (75.0%).

Sesudah dilakukan pijat sebagian besar frekuensi menyusu bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang dalam kategori baik (>10x sehari), yaitu sejumlah 8 bayi (66,7%).

Terdapat perbedaan yang signifikan frekuensi menyusu ASI bayi usia 1-3 bulan sebelum dan sesudah dilakukan pijat bayi di Desa Jombor Kecamatan Tuntang Kabupaten Semarang dengan p-value $0,002 < (0,05)$.

bidan dan tenaga kesehatan lainnya lebih aktif dan lebih banyak lagi memberikan sosialisasi kepada ibu dan ini juga dapat dilakukan dengan membuka pelayanan pijat bayi di klinik atau tempat praktik bidan.

REFERENSI

- Annisa Falikhah, 2015, *Pengaruh frekuensi menyusui pada bayi usia 0-3 bulan di BPS Dini Melani Condong Catur Steman Yogyakarta, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyah Yogyakarta Program Studi D-IV Kebidanan.*
- Field T, Scaffidi & Scanberg, 2012. *Message of preterm newborn to improve growth & development.* Journal Periatric Nursing vol.13
- Purwadi, Rina. Meco.idnyusu ASI. 2015. (Diakses tanggal 8 November 2015). Didapat dari <http://nestle>.
- Riksani,Ria. 2014. *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi.* Jakarta:Dunia Sehat.
- Riksani,Ria. 2015. *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi.* Jakarta:Dunia Sehat.
- Riordan J. 2004. *Breastfeeding and human location. 3rd ed. Massachusetts: Jones and Bartlett Publishers.*
- Riskesdas, 2006. *Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (2006), Riset Kesehatan Dasar.*
- Roesli, 2014. *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 0-3 Bulan.* Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Roesli, Utami Dr, SpA,MBA., CIMI. 2008. *Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Usia 1-3 Bulan.* Jakarta: Trubus Agriwidya. 2011. *Pedoman Pijat Bayi.* Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Varney,H., 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan.* Edisi 4. Jakarta:EGC.