

## Penyuluhan tentang Pijat Bayi untuk Meningkatkan Durasi dan Frekuensi Menyusu pada Bayi

*Ulya Sesa Febriani<sup>1</sup>, Ari Widyaningsih<sup>2</sup>, Nurlaela<sup>3</sup>*

<sup>1</sup>Program Sarjana Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, Ulyasesa@gmail.com

<sup>2</sup>Program Sarjana Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, widyaningsih89@gmail.com

<sup>3</sup>Program Sarjana Bidan, Universitas Ngudi Waluyo, nurlaela075852@gmail.com

Korespondensi Email : nurlaela075852@gmail.com

---

### Article Info

*Article History*

*Submitted, 2022-12-18*

*Accepted, 2022-12-23*

*Published, 2022-12-31*

---

**Kata Kunci :**Frekuensi Menyusui, Bayi, Pijat Bayi

**Keywords:** Duration Of Breastfeeding, Frequency Of Breastfeeding, Infant Massage

---

### Abstract

*Baby massage can be a choice of physical the duration and frequency of breastfeeding in infants. Baby massage is the art of health care and medicine which has been known since the beginning human creation in the world and has been practiced for centuries by traditional birth attendants. By giving baby massage the activity of the vagus nerve affects the mechanism of absorption of food in babies who are massaged to experience an increase in vagus nerve tone which will cause an increase in enzymes for absorbing gastrin and insulin resulting in better absorption of food and increase in baby's weight. The activity of the vagus nerve causes the baby to get hungry quickly and will breastfeed more often from his mother so that more milk will be produced, Kelly (2008) in Fithriahadi (2016). The method used in counseling about baby massage to increase the duration and frequency of breastfeeding in infants, give a pre test, then provide counseling about baby massage using power points and distribute booklets after that do a demonstration baby massage and then give a post test to find out how far the participants understand how to massage a baby. This community service activity aims to provide information to breastfeeding mothers in Kemawi village about baby massage to increase the duration and frequency of breastfeeding for babies. The results of this service show that there is a difference between the pre test and post test given a questionnaire, namely breastfeeding mothers before being given counseling. The result of pre test conducted by breastfeeding mothers found that the lowest score was 70 and the highest was 90, while the average value was 79 while breastfeeding mothers after being given a questionnaire from the result of the post test it was found that there was a change or increase in the lowest score to 80 and the highest to 100 while the average score achieved was 91, these results indicate that there was an increase in mother's knowledge after being given information about health education about massage baby in an effort to increase the duration and frequency of feedings.*

---

### **Abstrak**

Pijat bayi dapat menjadi salah satu pilihan aktivitas fisik yang berfungsi untuk meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui bayi. Pijat Bayi adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang di kenal sejak awal manusia di ciptakan di dunia serta telah di praktekkan sejak berabad-abad silam secara turun temurun oleh dukun bayi. Dengan diberikan pijat bayi aktivitas Nervus Vagus mempengaruhi mekanisme penyerapan makanan pada bayi yang dipijat mengalami peningkatan tonus nervus vagus yang akan menyebabkan peningkatan enzim penyerapan gastrin dan insulin sehingga menyebabkan penyerapan makanan menjadi lebih baik dan meningkatkan berat badan bayi. Aktivitas Nervus Vagus meningkatkan volume ASI, penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan aktivitas nervus vagus menyebabkan bayi cepat lapar dan akan lebih sering menyusui pada ibunya sehingga ASI akan lebih banyak diproduksi. Metode yang di gunakan dalam penyuluhan tentang pijat bayi untuk meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui bayi dengan memberikan pre test dan penyuluhan tentang pijat bayi menggunakan power point dan membagikan bucklet setelah itu di lakukan demonstrasi pijat bayi kemudian memberikan post test untuk mengetahui sejauh mana ibu ibu memahami tehknik pijat bayi yang baik dan benar. Kegiatan Pengabdian Masyarakat ini bertujuan memberi informasi ibu menyusui di desa kemawi. Seluruh ibu menyusui dapat memperoleh informasi dan cara pijat bayi untuk meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui bayi. Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara pre test dan pos test diberikan kuesioner yaitu ibu menyusui sebelum diberikan penyuluhan ,Hasil pre tes yang dilakukan oleh ibu menyusui didapatkan bahwa nilai terendah yaitu 70 dan tertinggi yaitu 90, sementara nilai rata-ratanya yaitu 79 .sedangkan ibu menyusui sesudah diberikan kuesioner dari hasil post tes yang didapatkan bahwa ada perubahan atau peningkatan nilai terendah menjadi 80 dan tertinggi menjadi 100 sedangkan nilai rata-rata yang diraih menjadi 91. dari hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikanya informasi mengenai pendidikan kesehatan tentang pijat bayi dalam upaya meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui.

---

### **Pendahuluan**

Menyusui merupakan proses fisiologis untuk memberikan nutrisi kepada bayi secara optimal IDAI (2010). Pemberian Air Susu Ibu (ASI) Eksklusif adalah pemberian ASI kepada bayi sejak dilahirkan selama enam bulan, tanpa menambahkan dan/atau mengganti dengan makanan atau minuman lain Kementrian Kesehatan RI (2013). Menurut

WHO (2010), menyusui eksklusif dapat melindungi bayi dan anak terhadap penyakit berbahaya dan mempererat ikatan kasih sayang (bonding) antara ibu dan anak. 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 6 bulan.

Pijat Bayi merupakan salah satu teknik perawatan bayi yang sangat khusus, biasanya untuk merawat bayi yang sakit perut, sembelit, atau kembung karena banyak minum, yang membuat bayi menangis terus menerus karena merasa badannya tidak enak. Titik tekan pengobatan (acupressure) pada bayi berbeda dengan orang dewasa yang membuat pemijatan itu begitu efektif. Jalinan ikatan batin antara ibu dan bayi sangatlah penting mengingat semakin erat suatu jalinan terwujud semakin tinggi pula pemahaman para ibu akan kebutuhan bayinya, sehingga kesempatan bayi untuk tumbuh dengan lebih baik menjadi lebih besar pula (Prasetyono, 2017).

Berdasarkan wawancara yang dilakukan dengan bidan koordinasi wilayah kerja UPTD Puskesmas Sumowono, didapatkan data bahwa jumlah bayi yang berusia 0-12 bulan di puskesmas sumowono sekitar 110 bayi, sedangkan di desa kemawi berjumlah 10 bayi. Desa kemawi adalah sebuah desa yang berada di wilayah kerja UPTD Puskesmas Sumowono, terletak di Kecamatan Sumowono, Kabupaten Semarang, Jawa Tengah. Di Desa Kemawi pada umumnya masih ada sebagian ibu yang masih memberikan bayinya susu formula. Di Desa kemawi, sebagian besar masyarakat dan ibu menyusui memiliki tingkat pengetahuan yang rendah tentang terapi pijat bayi baru lahir, Pemberian ASI serta gizi bagi bayi baru lahir. Sehingga sering terjadi berbagai komplikasi pada bayi yang dapat meningkatkan angka kesakitan dan kematian ibu dan bayi. Maka dari itu kami tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat di desa kemawi dengan judul "Asuhan Komplementer Pada Bayi Baru Lahir Dengan Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Durasi dan Frekuensi Menyusu Bayi".

### Metode

Dalam program pengabdian kepada masyarakat dilakukan dengan metode penyuluhan dan demonstrasi tentang cara pijat bayi untuk meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui bayi. Ibu menyusui yang berada di desa kemawi berjumlah 10 orang sarannya adalah bayi yang baru berusia 1-2 bulan. **Tahap pertama** yaitu memberikan pre test kepada para ibu-ibu. **Tahap kedua** yaitu melakukan penyuluhan tentang pijat bayi untuk meningkatkan durasi dan frekuensi menyusui bayi. **Tahap ketiga** adalah demonstrasi atau memberikan pengarahan kepada para ibu-ibu agar mencoba atau mempraktekan pijat bayi bersama. **Tahap keempat** yaitu melakukan kajian terhadap pengetahuan ibu-ibu melalui post test.

### Hasil dan Pembahasan

Pada saat kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan responden masih banyak yang belum mengetahui bagaimana cara pijat bayi yang baik dan benar dan belum mengetahui manfaat dari pijat bayi itu sendiri. Sebelum dilakukan penyuluhan kami memberikan pre test kepada ibu-ibu responden. jumlah responden pada kegiatan pengabdian masyarakat ini berjumlah 10 ibu menyusui dan didominasi responden berpendidikan SMA/ sederajat 5 orang dan responden berpendidikan SMP 4 orang dan 1 responden berpendidikan SD. dan di dapatkan hasil pre tes yang dilakukan oleh ibu menyusui didapatkan bahwa nilai terendah yaitu 70 dan tertingginya yaitu 90, sementara nilai rata-ratanya yaitu 79. Hal ini sesuai dengan teori Lestari (2015) bahwa pendidikan merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan. Semakin tinggi pendidikan seseorang makin mudah bagi orang tersebut untuk menerima informasi. Sebaliknya semakin rendah tingkat pendidikan seseorang akan semakin menghambat informasi serta nilai-nilai yang diterima oleh orang tersebut.

Setelah di berikan pre test kami memberikan penyuluhan tentang pijat bayi menggunakan power point dan membagikan bucklet kepada responden setelah itu di lakukan demonstrasi pijat bayi , setelah dilakukan demonstrasi kami memberikan kuis kepada para responden , lalu selanjutnya kami memberikan post test kepada para responden untuk mengetahui ada tidaknya perbedaan hasil sebelum dan sesudah di lakukan penyuluhan dan demonstrasi, kemudian hasil post tes yang didapatkan bahwa ada perubahan atau peningkatan nilai terendah menjadi 80 dan tertingginya menjadi 100 sedangkan nilai rata-rata yang diraih menjadi 91. Dari hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikanya informasi mengenai pendidikan kesehatan tentang pijat bayi dalam upaya meningkatkan durasi dan frekuensi menyusu pada bayi.

Hasil penyuluhan ini didukung oleh Penelitian Field (2002) dalam Feitriahadi (2016), bahwa bayi yang mendapatkan sentuhan dan rangsangan lainnya dalam empat bulan pertama kehidupan akan menunjukkan sikap tersenyum dan bersuara serta tidak rewel. Ini berarti sentuhan ibu kepada bayi akan menentukan sikap positif bagi bayi mereka, maka dari itu, pijat bayi hendaklah dilakukan oleh orangtuanya sendiri. Sentuhan dan pandangan kasih orangtua kepada bayinya akan memberikan jalinan kasih sayang yang kuat diantara keduanya. Sentuhan orangtua merupakan dasar komunikasi untuk memupuk cinta kasih antara orangtua dan anaknya.

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Ibu Menyusui Tentang Pijat Bayi (Pre Test) dan (Post Test)

	Mean	Median	Minimal	Max
<b>Pretest</b>	79	80	70	90
<b>Pos test</b>	91	90	80	100



Gambar 1 Tahap sebelum pre test



Gambar 2 Demonstrasi pijat bayi



Gambar 1.3 Demonstrasi Pijat Bayi



Gambar 5 Gambar Dokumentasi

**Evaluasi** : Dari semua kegiatan yang telah dilakukan dapat diambil kesimpulan bahwa kegiatan pengabdian masyarakat dengan memberikan penyuluhan tentang pijat bayi

terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi, ibu-ibu menyusui sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini dan memberikan pertanyaan terkait pijat bayi, kegiatan ini sangat bermanfaat bagi para ibu menyusui untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang pijat bayi serta dapat terwujudnya bayi yang sehat.

### **Simpulan dan Saran**

Kegiatan Pengabdian Masyarakat melalui tentang pijat bayi terhadap peningkatan durasi dan frekuensi menyusui pada bayi, dilaksanakan di Balai Desa Kemawi pada tanggal 29 November 2022. Sasaran pada kegiatan ini adalah Ibu menyusui. Kegiatan dilakukan dengan persiapan, pretest, pelaksanaan kegiatan, mendemonstrasikan gerakan pijat bayi, Evaluasi dan melakukan post test.

Hasil kegiatan diketahui bahwa sesudah diberi penyuluhan dan cara pijat bayi terhadap peningkatan durasi dan frekuensi menyusui pada bayi, Ibu menyusui mengalami peningkatan, pengetahuan baik sebanyak 10 Ibu menyusui (100%). Hal ini menunjukkan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan Ibu menyusui setelah diberikan penyuluhan Untuk bidan dan tenaga kesehatan beserta kader dapat memaparkan terkait tentang pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi.

### **Ucapan Terima Kasih**

Peneliti menyampaikan ucapan terimakasih kepada Universitas Ngudi Waluyo, Pembimbing Institusi, pembimbing lahan, pemilik lahan beserta kader dan Ibu menyusui yang bersedia menjadi responden dalam kegiatan pengabdian masyarakat dan seluruh pihak yang turut berkontribusi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

### **Daftar Pustaka**

- Andini, M., Novayelinda, R. Utami, G. T. (2014) ‘Pengaruh Pijat Bayi terhadap Perkembangan Neonatus’, *Jom Psik*, 1(2), pp. 1–9. Available at: <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=186693&val=6447&title=Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Neonatus>. Fisioterapi, P. S., Kedokteran, F. and Hasanuddin, U. (2016).
- Eveline, Djamaludin. (2010). *Panduan Pintar merawat bayi dan baita*. Jakarta. PT Wahyu Medika.
- Fitriahadi, E. (2016) ‘Pengaruh Pijat Bayi terhadap Frekuensi dan Durasi Menyusui Bayi’, *10(2)*, pp. 92–97.
- Hardjadinata, Yohana. *Yoga for baby*. Jakarta. Dian Rakyat .
- Heryani, Reni. 2010. *Asuhan kebidanan ibu nifas dan menyusui*. Jakarta. TIM <https://supportbreastfeeding.wordpress.com/2009/01/09/benarkah-asi-ibu-kurang-waspada-tanda-haus-palsu-pada-bayi/>
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2005. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. 2012. *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta
- Nancy Mohrbacher, IBCLC & Kathleen Kendall-Tackett, PhD, IBCLC. *Breastfeeding Made Simple: Seven Natural Laws for Nursing Mothers*, 2005. New Harbinger Publication, Canada

**Prosiding**  
**Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan**  
Universitas Ngudi Waluyo

Majalah Kartini.2017. Pekan ASI Sedunia 2017.1 agustustus 2017.halaman 21.Jakarta

Pengertian Saraf nervus vagus. [https://id.wikipedia.org/wiki/Saraf\\_vagus#Referensi](https://id.wikipedia.org/wiki/Saraf_vagus#Referensi)

Pradesta,Rohimawati (2013) „Tingkat pengetahuan ibu nifas tentang kolostrum di klinik mojosongo surakarta tahun 2013 karya tulis ilmiah“, pp. 1–61. Available at: [http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/10/01-gdl-pradestaro\\_457-1-pradesta-0.pdf](http://digilib.stikeskusumahusada.ac.id/files/disk1/10/01-gdl-pradestaro_457-1-pradesta-0.pdf).

Prasetyo D.S 2017.Buku Pintar Pijat Bayi.Yogyakarta.Buku biru

Primanta,anggun,2016. Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi Makassar.h[http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/107/jtpunimus-gdl\\_sitimunayi\\_5345-4-bab3.pdf](http://digilib.unimus.ac.id/files/disk1/107/jtpunimus-gdl_sitimunayi_5345-4-bab3.pdf)

Riyanto,Agus.2017.Aplikasi Metodologi penelitian kesehatan.Yogyakarta. Medika  
Rencana Strategis Kementerian Kesehatan Tahun 2015-2019.  
<https://www.bappenas.go.id/id/data-dan-informasiutama/dokumenperencanaan-dan-pelaksanaan/dokumen-rencana-pembangunannasional/rpjp-20052025/rpjm-2015-2019/>

SDGs Indicators and Data Mapping in Indonesia\_UNDP UNEP 2015.  
[www.id.undp.org/.../indonesia/.../SDGs%20Indicators%20and%20...](http://www.id.undp.org/.../indonesia/.../SDGs%20Indicators%20and%20...) - Google Search