

BAB I

PENDAHULUAN

Latar Belakang

Pijat bayi atau baby massage merupakan sentuhan cinta sebagai salah satu stimulasi multisensory yang dapat mendorong perkembangan dan pertumbuhan bayi secara optimal (Milwati et al., 2025). Pijat bayi secara rutin akan membantu tumbuh kembang fisik dan emosi bayi disamping mempertahankan kesehatannya (Saidah & Kusumadewi, 2020). Pijat bayi di Indonesia telah secara turun temurun dipraktikkan dengan bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf otot, dan system pernafasan serta memperlancar sirkulasi darah. Pijat bayi tradisional yang selama ini dipraktikkan hanya ditujukan untuk penyembuhan penyakit (Lumy et al, 2023).

Pijat bayi merupakan terapi sentuhan tertua yang dikenal manusia yang paling populer. Pijat bayi adalah sentuhan yang diberikan pada jaringan lunak yang memberi manfaat bagi anak dan orang tua. Pijat bayi dapat merangsang produksi ASI, meningkatkan nafsu makan dan berat badannya. Pijat bayi ini menjadi terapi untuk mendapatkan banyak manfaat jika dilakukan secara teratur. Menurut penelitian, bayi premature yang dipijat selama 10 hari dapat meningkatkan berat badan sebesar 20-40% selama 5 hari (Ekajayanti et al, 2021).

Mekanisme dasar pijat bayi antara lain betha endhorpin yang memengaruhi mekanisme pertumbuhan, aktivitas nervus vagus memengaruhi mekanisme penyerapan makanan dan meningkatkan volume ASI. Penelitian menunjukkan 80% produksi hormon oksitosin dipengaruhi oleh kondisi psikis ibu. Ibu memiliki peran besar dalam tumbuh kembang bayinya sehingga perawatan bayi lebih diutamakan dilakukan dengan mandiri oleh ibu sehingga tujuan yang diharapkan tercapai termasuk melakukan pijatan pada bayi. Pijat bayi tidak harus dilakukan oleh bidan, maupun dukun pijat bayi, namun bisa dilakukan oleh ibu secara mandiri (Saidah & Kusumadewi, 2020).

Penelitian yang dilakukan oleh Maulida dan Reflisiani (2024) menemukan bahwa 87,5% kualitas tidur bayi baik dan 12,5% bayi dengan kualitas tidur kurang yang berarti bahwa terdapat hubungan pijat bayi dengan kualitas tidur bayi

(Maulinda & Reflisiani, 2024). Pijat bayi sering digambarkan dengan tarian antara orang tua dan bayi. Manfaat pijat bayi bagi bayi adalah memberikan perkembangan baik secara fisik maupun psikososial untuk bayi (Argaheni & Pascawati, 2019). Berdasarkan data Ikatan Dokter Anak di Indonesia, tahun 2018 terdapat 5-10% anak Indonesia mengalami kelambatan tumbuh kembang dan di tahun 2022 meningkat menjadi 30% (Aryunani et al., 2022).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2017, secara global sekitar 20-4-% bayi usia 0-3 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses perkembangan. Prevalensi masalah perkembangan anak diberbagai negara maju dan berkembang diantaranya di Amerika sebesar 12-16%, Argentina 22% dan Hongkong 23%. Di Indonesia pelaksanaan pijat bayi di Masyarakat perannya dipegang oleh dukun bayi. Selama ini, pijat bayi tidak hanya dilakukan bila bayi sehat, tetapi juga pada bayi sakit atau rewel dan sudah menjadi rutinitas perawatan bayi setelah lahir (Dewi et al, 2023).

Penelitian Siti et al (2023) menyatakan bahwa ada pengaruh antara Pijat bayi terhadap frekuensi menyusu. Pijat bayi sangat bermanfaat dalam meningkatkan frekuensi menyusu karena selain memberikan rasa nyaman. Pola menyusu pada bayi ASI eksklusif dapat dilihat dari frekuensi menyusu, durasi menyusu, serta kesesuaian jadwal menyusu dengan kebutuhan bayi. Pola yang baik biasanya menunjukkan bahwa bayi menyusu dengan efektif, tidak rewel berlebihan, memiliki kualitas tidur yang baik, serta menunjukkan tanda kecukupan ASI.

Penelitian Hasyati et al (2022) menyatakan bahwa pijat bayi berpengaruh signifikan terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusui pada bayi. pijat bayi mampu memberikan efek fisiologis dan psikologis yang positif, seperti meningkatkan kenyamanan, memperlancar peredaran darah, menstimulasi sistem saraf parasimpatis, serta mempercepat pengosongan lambung yang mendorong peningkatan rasa lapar pada bayi. Ibu memiliki peran langsung dalam memberikan stimulasi, menciptakan ikatan emosional (bonding), sekaligus memantau respons bayi terhadap pijatan yang diberikan. Bila dilakukan dengan teknik yang tepat, pijat bayi mandiri berpotensi memberikan manfaat yang sama dengan pijat yang dilakukan oleh terapis terlatih.

Penelitian (Wulandari & Kumalasari (2024) menyatakan bahwa pijat bayi terbukti dapat meningkatkan kualitas menyusui, sentuhan pijat menyebabkan peredaran darah lancar dan bayi merasa nyaman. Pijat bayi memberikan pengaruh yang signifikan terhadap frekuensi dan durasi menyusui. Pijat bayi meningkatkan frekuensi menyusui dengan rata-rata 7 menjadi 9 kali per hari, serta meningkatkan durasi menyusui dengan rata-rata 15 menit menjadi 19 menit setiap kali menyusui. Pijat bayi merupakan cara yang efektif dalam mendukung keberhasilan program menyusui.

Dari hasil survei yang dilakukan pada Desember 2025 di Rumah sakit umum Teungku Peukan, terdapat ibu yang memiliki bayi 0-12 bulan dalam 2 bulan terakhir sebanyak 110 orang. Berdasarkan wawancara dengan ibu yang memiliki bayi dan berkunjung Rumah sakit, beberapa ibu mengatakan membawa bayi nya karena ada keluhan batuk dan pilek, kembung dan susah tidur. Sebagian lagi, ibu mengatakan belum terlalu paham cara melakukan pijat bayi sendiri. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk meneleiti tentang hubungan pijat bayi mandiri dengan pola menyusui pada bayi ASI eksklusif.

Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah penelitian ini yaitu apakah hubungan pijat bayi mandiri dengan pola menyusui pada bayi ASI eksklusif?

Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pijat bayi mandiri dengan pola menyusui pada bayi ASI eksklusif

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

1. Untuk mengidentifikasi distribusi pijat bayi mandiri
2. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi pola menyusui pada bayi ASI eksklusif

3. Untuk mengidentifikasi hubungan pijat bayi mandiri dengan pola menyusui pada bayi ASI eksklusif

Manfaat Penelitian

1. Bagi Tempat Penelitian

Dapat dijadikan peningkatan pelayanan pijat bayi untuk meningkatkan kesehatan bayi.

2. Bagi Pendidikan

Sebagai bahan referensi dan perbandingan bagi mahasiswa Fakultas Keperawatan dan Kebidanan Universitas Prima Indonesia Medan.

3. Bagi Peneliti

Untuk meningkatkan wawasan pengetahuan peneliti tentang hubungan pijat bayi mandiri dengan pola menyusui pada bayi ASI eksklusif