

Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi *Breastfeeding Self-Efficacy* Di PMB Kabupaten Rejang Lebong

The Effect Of Baby Massage On The Optimization Of Breastfeeding Self-Efficacy In PMB Rejang Lebong

Indah Fitri Andini¹, Eva Susanti², Yenni Puspita³

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan Curup Jalan Sapta Marga Curup
Email : Indahfitriandini7986@gmail.com, evahamdani06@gmail.com, itazubir91@gmail.com

Abstrak

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak lepas dari factor ibu yaitu keinginan dan keyakinan ibu untuk memberikan ASI yang disebut dengan istilah self efficacy dalam menyusui. Self efficacy merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau self knowledge yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari karena self efficacy yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan dalam mencapai suatu tujuan. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breast feeding Self-Efficacy Ibu primigravida di Praktik Mandiri Bidan Populasi penelitian ini seluruh ibu Primigravida di Praktik mandiri Bidan Kota curup. Teknik pengambilan sampel dengan tehnik consecutive sampling sebanyak 39 orang. Metode penelitian kuantitatif dengan desain penelitian pre-eksperiment one group pre-test-posttest. Kelompok penelitian diberikan intervensi latihan melakukan pijatan pada bayinya. Hasil pre Breast Feeding Self-Efficacy pada kelompok penelitian rerata \pm s.d 46.03 \pm 1.597 dan Hasil post Breast Feeding Self-Efficacy pada kelompok penelitian rerata \pm s.d 62.85 \pm 1.598 dengan nilai p 0.000 (<0.05). Kesimpulan: Pijatan yang dilakukan oleh ibu terhadap bayinya efektif meningkatkan Breast Feeding Self-Efficacy ibu primigravida sehingga lebih percaya diri untuk menyusui bayinya namun akan lebih baik diajarkan dar ibu hamil.

Kata kunci: Pijat Bayi, *Breast Feeding Self-Efficacy*.

Abstrack

Abstract : *The success of exclusive breastfeeding is inseparable from maternal factors, namely the mother's desire and belief in breastfeeding, which is called self-efficacy in breastfeeding. Self-efficacy is one of the most influential aspects of self-knowledge or self-knowledge in everyday human life because the self-efficacy that is owned influences individuals in determining the actions to be taken in achieving a goal. The purpose of this study was the effect of infant massage on optimizing breastfeeding self-efficacy of primigravida mothers in the midwife's independent practice. The population of this study were all Primigravida mothers in curup city midwife independent practices. The sampling technique used consecutive sampling technique as many as 39 people. Quantitative research methods with pre-experimental research design one group pre-test-posttest. The research group was given exercise intervention to massage the baby. The results of the pre-Breast Feeding Self-Efficacy in the study group averaged \pm up to 46.03 \pm 1.597 and the results of the post-Breast Feeding Self-Efficacy in the study group averaged \pm to 62.85 \pm 1.598 with a p value of 0.000 (<0.05). Conclusion: Massage performed by mothers on their babies is effective in increasing breastfeeding self-efficacy for primigravida mothers so that they are more confident in breastfeeding their babies.*

Keywords: *Infant Massage, Breast Feeding Self-Efficacy.*

PENDAHULUAN

Air Susu Ibu merupakan makanan terbaik bagi bayi dan Air Susu Ibu (ASI) mengandung gizi tinggi yang sangat bermanfaat untuk kesehatan bayi, bahkan *World Health Organization* (WHO) merekomendasikan bayi untuk mendapatkan ASI Eksklusif selama enam bulan. Namun, capaian ASI eksklusif di Indonesia belum mencapai angka yang diharapkan. Data dari WHO tahun 2016 masih menunjukkan rata-rata angka pemberian ASI eksklusif didunia baru bekisar 38% (Ikatan Bidan Indonesia, 2018).

Bayi berusia dibawah 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif di Negara Indonesia sebesar 42%. Jika dibandingkan dengan target WHO yang mencapai 50%, maka angka tersebut masih jauh dari target. Berdasarkan data yang dikumpulkan *International Baby Food Action Network* (IBFAN) 2014, Indonesia menduduki peringkat ke tiga terbawah dari 51 negara di dunia yang mengikuti penilaian status kebijakan dan program pemberian makanan bayi dan anak (Ikatan Bidan Indonesia, 2018).

Berdasarkan data dan informasi profil kesehatan Indonesia tahun 2019 cakupan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif mengalami penurunan meskipun tidak terlalu signifikan dibanding tahun 2018. Pada tahun 2018 di Indonesia bayi yang mendapatkan ASI eksklusif yaitu sebanyak 68,74% namun pada tahun 2019 dari jumlah 2.943.615 bayi usia < 6 bulan yang mendapatkan ASI eksklusif yaitu berjumlah 1.994.097 (67,74%) (Kemenkes RI, 2019).

Di Provinsi Bengkulu pada tahun 2019 data ASI eksklusif mengalami penurunan. Jika sebelumnya pada tahun 2018 bayi usia 0-6 bulan bayi yang mendapatkan ASI eksklusif yaitu sebanyak 8.235(76%) sedangkan pada tahun 2019 bayi usia 0-6 bulan yang mendapatkan ASI

eksklusif yaitu sebanyak 20.394 (67%) (Dinkes Provinsi Bengkulu, 2019).

Berdasarkan laporan Kemenkes tahun 2019, cakupan bayi yang mendapat ASI Eksklusif di Provinsi Bengkulu sebanyak 65,46% dan laporan data Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong tahun 2019 ASI Eksklusif sebanyak 77%. Cakupan pemberian ASI Eksklusif yang paling tinggi terdapat di Puskesmas Kampung Delima sebesar 79,7% , Sedangkan Angka terendah ke-2 pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Tunas Harapan sebanyak 42,1% , Sehingga target angka ini tidak melampaui target Renstra tahun 2018 sebesar 47,0 %. Penyebab rendahnya ASI Eksklusif adalah kecemasan dan ketakutan yang dialami ibu akan menyebabkan penurunan hormon oksitosin, sehingga ASI tidak cukup bagi bayinya, akhirnya ibu memutuskan untuk memberikan susu formula pada bayinya.

Pemerintah telah melakukan berbagai upaya untuk mendukung tercapainya target ASI eksklusif. Dukungan yang diberikan dalam pemberian ASI eksklusif seperti melakukan promosi melalui penyuluhan, poster, maupun media TV nasional, penyediaan ruang menyusui/pojok laktasi, dari segi kebijakan bahkan pemerintah sudah menetapkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 33 Tahun 2012 tentang pemberian ASI eksklusif.

Meskipun pemerintah sudah melakukan berbagai upaya untuk tercapainya target ASI eksklusif, tetapi sampai saat ini target tersebut masih belum bisa tercapai salah satunya dipengaruhi oleh Produksi ASI. Produksi ASI dipengaruhi oleh faktor: nutrisi, ketenangan jiwa dan pikiran, motivasi atau keinginan ibu sendiri, pola istirahat, usia kehamilan, frekuensi menyusui, perawatan payudara, penggunaan alat kontrasepsi, dukungan petugas kesehatan, dan faktor lingkungan atau budaya.

Faktor-faktor tersebut sangat berpengaruh terhadap produksi ASI (Devita, Ayu dan Citra Dewi, 2019).

Breastfeeding Self Efficacy adalah keyakinan yang dimiliki oleh seorang ibu akan kemampuannya untuk menyusui bayinya yang mempengaruhi usaha, proses berfikir, dan menanggapi respon saat menemukan kesulitan dalam menyusui, adapun factor-faktor yang dapat mempengaruhi self efficacy seorang ibu adalah pengalaman penguasaan, pengalaman orang lain, persuasi verbal, kondisi somatic dan emosional (Risti, 2017).

Keberhasilan pemberian ASI eksklusif tidak lepas dari faktor ibu yaitu keinginan dan keyakinan ibu untuk memberikan ASI yang disebut dengan istilah *self efficacy* dalam menyusui. *Self efficacy* merupakan salah satu aspek pengetahuan tentang diri atau *self knowledge* yang paling berpengaruh dalam kehidupan manusia sehari-hari karena *self efficacy* yang dimiliki ikut mempengaruhi individu dalam menentukan tindakan yang akan dilakukan dalam mencapai suatu tujuan. Ibu yang mempunyai tingkat *self efficacy* dalam menyusui yang tinggi akan menyusui lebih lama dibandingkan dengan ibu yang tingkat *self efficacy* dalam menyusui rendah. (Aliun, 2019).

Berbagai penelitian menunjukkan bahwa *breastfeeding self efficacy* merupakan faktor penting yang berhubungan dengan inisiasi, durasi dan keeksklusifan menyusui (McQueen, 2011). Penelitian yang dilakukan oleh Handayani et al (2010) membuktikan bahwa ada hubungan yang erat antara dukungan sosial, pengetahuan, sikap dan *self efficacy* dengan perilaku menyusui. Hal yang sama juga dikemukakan oleh Buxton dalam Dennis (2003) yang menjelaskan bahwa 27% wanita dengan tingkat efikasi diri yang rendah dalam pemberian ASI pada masa prenatal akan menghentikan pemberian ASI dalam 1

minggu postpartum. Kegagalan pemberian ASI terjadi 4-5 kali pada wanita yang kurang percaya diri dalam pemberian ASI pada bayi baru lahir. Berbagai hasil penelitian tersebut membuka wacana baru bahwa *breastfeeding self efficacy* diduga berhubungan erat dengan keberhasilan praktik menyusui.

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, 2016).

Terapi sentuh atau pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terhadap perubahan fisiologis bayi apalagi dilakukan sendiri oleh ibu bayi. Ibu adalah orang tua paling dekat dengan bayi, dimana pijatan ibu kepada bayinya adalah sapuan lembut pengikat jalinan kasih sayang. Kulit ibu adalah kulit yang paling awal dikenali oleh bayi (Aminati, 2013). Sentuhan dan pijatan yang diberikan ibu adalah bentuk komunikasi yang dapat membangun kedekatan ibu dengan bayi dengan menggabungkan kontak mata, senyuman, ekspresi wajah. Jika stimulasi sering diberikan, maka hubungan kasih sayang ibu dan bayi secara timbal balik akan semakin kuat sehingga kecemasan, khawatir, takut, dan hal-hal negative lainnya yang dapat mempengaruhi efikasi diri dan menyebabkan kegagalan atau ketidakmampuan untuk menyusui tidak terjadi, sebaliknya ibu akan lebih percaya diri untuk menyentuh dan menyusui bayinya (Dewi, 2010).

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi *Breastfeeding Self-Efficacy* di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020”.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini adalah termasuk penelitian kuantitatif dengan desain penelitian ini adalah *Quasi experiment* dengan *pre and post test design with control group*. Pada kelompok intervensi dalam penelitian ini diberikan perlakuan pijat bayi dan diukur tingkat Breastfeeding *self efficacy* ibu primigravida di wilayah kerja Praktik Bidan Mandiri Kota Curup Kabupaten Rejang Lebong.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu Primigravida di Praktik mandiri Bidan Kota curup Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020.

Pengambilan sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah *consecutive sampling*, dengan jumlah sampel penelitian ini diikuti oleh 39 orang ibu yang sesuai dengan kriteria inklusi Kriteria Inklusi pada penelitian ini adalah: 1) bersedia menjadi responden, 2) ibu Primipara 3) usia ibu 20-35 tahun, 4) Usia Bayi 0-1 Hari 5) ibu yang memilih intervensi nonfarmakologik dan bersedia melakukan Pijat Bayi 6) Tidak ada infeksi

Tabel 1 Karateristik Subjek Penelitian.

Karateristik	Kelompok intervensi	
	(n=39)	%
Paritas		
Primigravida	39	100 %
Total	39	100 %
Pendidikan		
SD	2	5.1 %
SLTP	4	10.3 %
SMA	28	71.8
PT	5	12.8
Total	39	100 %
Pekerjaan		
Bekerja	12	30.8 %
Tidak bekerja	27	69.2 %
Total	39	100 %
Umur		
17-25	12	30.8 %
26-35	27	69.2 %
Total	39	100 %

Berdasarkan hasil analisis tabel 1 karateristik responden dapat disimpulkan responden yang dipilih seluruhnya merupakan primipara, sebagian besar

Kulit pada bayi 7) Tidak ada gangguan imunitas 8) Tidak alergi minyak 9) Bayi lahir aterm 10) BB lahir >2500 gram Kriteria Eksklusi pada penelitian ini adalah: 1) tidak melakukan pijat 3 hari berturut-turut 2) Bayi sakit .

Alat pengumpulan data menggunakan kuesioner. Kuesioner untuk mengukur Self-efficacy ibu menggunakan *Breastfeeding Self-Efficacy Scale Short Form* (BSES- SF) BSES SF merupakan instrumen yang valid untuk mengukur risiko penghentian proses pemberian ASI pada ibu yang tengah menyusui (Dennis, 2003). Pengambilan data dilakukan sebelum dan sesudah intervensi.

HASIL

Berikut disajikan karakteristik data dari subjek penelitian :

1. Analisis Univariat
 - a. Distribusi frekuensi karakteristik Ibu Nifas di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020

responden (71.8 %) berpendidikan SMA dan sebagian besar responden (69.2 %) tidak bekerja. Serta sebagian besar

responden memiliki umur berkisar 26-35 tahun.

b. Distribusi frekuensi *Breastfeeding Self-Efficacy* Ibu Nifas Hari-1 sebelum intervensi di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020

Tabel 2 Distribusi frekuensi *Breastfeeding Self-Efficacy* Ibu Nifas Hari-1 sebelum intervensi

Variabel	Sebelum Intervensi	
	(n=39)	%
<i>Breastfeeding Self-Efficacy (BSE)</i>		
BSE Rendah	21	53,8
BSE Tinggi	18	46,2
Total	39	100 %

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki memiliki BSE Rendah

yaitu 21 responden (53,8%) sebelum dilakukan intervensi.

c. Distribusi frekuensi *Breastfeeding Self-Efficacy* Ibu Nifas Hari-2 setelah

intervensi di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020 .

Tabel 3 Distribusi frekuensi *Breastfeeding Self-Efficacy* Ibu Nifas Hari-2 Setelah intervensi

Variabel	Sebelum Intervensi	
	(n=39)	%
<i>Breastfeeding Self-Efficacy (BSE)</i>		
BSE Rendah	16	41 %
BSE Tinggi	23	59 %
Total	39	100 %

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki memiliki BSE Tinggi

yaitu 23 responden (59%) setelah dilakukan intervensi.

a. Uji Normalitas

2. Analisis Bivariat

Tabel 4 Uji Normalitas *Breastfeeding Self-Efficacy*

Uji Normalitas Data

Pijat Bayi	Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Sig.
Sebelum Intervensi Pijat Bayi	.908	39	.004
Sesudah Melakukan Pijat Bayi	.917	39	.007

Ket : Uji Shapiro wilk

Tabel 4 menunjukkan hasil uji normalitas data dengan tehnik *Shapiro-Wilk* menghasilkan nilai signifikan (p) seluruh data < 0.05. nilai signifikan normalitas data pre-test dan post test yang nilainya, <0.05 menunjukkan sebaran data penelitian bersifat tidak normal

(Arikunto,2010). Dengan demikian sehingga tehnik uji statistik yang di gunakan dalam penelitian ini adalah tehnik uji *Wilcoxon* yang termasuk dalam prosedur parametrik yang mensyaratkan adanya ketidaknormalan data (Sugiyono,2012).

b. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breast feeding Self-

Efficacy di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020

Tabel 4.5 Hasil Uji Korelasi Uji Wilcoxon Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breastfeeding Self-Efficacy

Pijat Bayi	N	Mean	Selisih Mean	Sd	Z	P Value
Sebelum melakukan pijat Bayi	39	46.03		1.597		
Sesudah melakukan pijat Bayi	39	62.85	16.82	1.598	-5.452	0,000

Pada tabel 4.5 Berdasarkan uji wilcoxon menunjukkan bahwa ada korelasi antara dua variabel rata-rata sebelum dan sesudah adalah kuat dan signifikan dengan nilai p-value sebesar

PEMBAHASAN

Pengaruh Pijat Bayi terhadap Optimalisasi Breastfeeding selfefficasy

Hasil penelitian menunjukkan ada korelasi antara dua variabel rata-rata sebelum dan sesudah adalah kuat dan signifikan dengan nilai p-value sebesar 0,000 dan karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$ maka H_0 di tolak yang berarti ada Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breastfeeding Self-Efficasy di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020. Pijat bayi yang dilakukan pada penelitian ini adalah dengan melatih ibu untuk berani menyentuh dan memberikan pijatan lembut kepada bayinya sehingga terbentuk rasa kasih sayang, kenyamanan dan keinginan untuk menyusui bayinya. Pijat bayi disebut juga sebagai stimulus touch atau terapi sentuh, karena melalui pijat bayi akan terjadi komunikasi yang nyaman dan aman antara ibu dan buah hatinya. Pijat bayi ini merupakan salah satu cara mengungkapkan kasih antara orang tua dengan anak, melalui sentuhan pada kulit yang berdampak luar biasa pada perkembangan fisik, emosi dan tumbuh kembang anak (Riksani, 2012).

Pemijatan yang teratur dapat membuat bayi beristirahat dengan efektif yang membuatnya mempunyai energi yang cukup untuk beristirahat setelah bangun dari tidurnya. Bayi akan beraktivitas dengan optimal yang menyebabkan akan cepat lapar dan nafsu makannya meningkat. Bayi yang nafsu makannya baik tentu memerlukan asupan nutrisi,

0,000 dan karena $p\text{-value } 0,000 < \alpha (0,05)$ maka H_0 di tolak yang berarti ada pengaruh Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breastfeeding Self-Efficasy di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020.

dalam hal ini asi yang mencukupi setiap hari. Maka semakin sering bayi menghisap maka asi akan diproduksi lebih banyak sehingga ibu lebih percaya diri untuk menyusui bayinya (Riksani, 2012).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan nafsu makan. Pijat bayi menyebabkan bayi menjadi lebih rileks dan dapat beristirahat dengan efektif sehingga ketika bayi terbangun akan membawa energi cukup untuk beraktivitas. dengan aktivitas yang optimal, bayi menjadi cepat lapar sehingga nafsu makannya meningkat. Peningkatan nafsu makan ini juga ditambah dengan peningkatan aktivitas nervus vagus (system saraf otak yang bekerja untuk daerah leher ke bawah sampai dada dan rongga perut) dalam menggerakkan sel peristaltic untuk mendorong makanan ke saluran pencernaan. Dengan demikian, bayi lebih cepat lapar atau ingin makan karena pencernaannya semakin lancar (Roesli, 2008).

Menurut penelitian Fitriahadi (2016) Pijat bayi adalah metode teknik dalam asuhan kebidanan neonatus, bayi dan balita dengan melakukan massage secara lembut dan berurutan sejak dari wajah sampai ujung kaki, dimana dengan melakukan pemijatan bayi seluruh otot bayi akan relaks, peredaran darah akan menjadi lancar dan tidur bayi akan nyenyak. Selain itu dengan pijat bayi akan meningkatkan frekuensi dan durasi menyusu sehingga bayi akan merasa

nyaman dan tenang saat menyusui sehingga ibu akan merasa percaya diri karena produksi ASI-nya yang banyak dan keinginan bayinya untuk menyusui yang meningkat.

Hasil studi yang relevan dengan penelitian ini yakni penelitian oleh Aghdas et al. (2013) mengenai pengaruh kontak kulit ke kulit terhadap BSE ibu pada persalinan normal. Hasil penelitian ini melaporkan bahwa nilai rerata BSE ibu menyusui pada kelompok intervensi adalah sebesar 53,42; nilai tersebut lebih tinggi dibandingkan nilai rerata BSE ibu menyusui pada kelompok kontrol yang memiliki skor 49,85. Perbedaan tersebut signifikan pada ($p=0,003$).

Penelitian lain yang juga mendukung yaitu penelitian yang dilakukan oleh Keemer (2013) yang menjelaskan bahwa Kontak kulit ke kulit merupakan salah satu strategi utama yang dapat digunakan dalam meningkatkan BSE ibu. Hasil studi tersebut menunjukkan bahwa hampir semua yakni sebesar (93%) ibu dilaporkan melakukan kontak kulit ke kulit saat lahir dapat memberikan keyakinan ibu dalam menyusui bayinya. Keyakinan ibu dalam menyusui bayinya merupakan salah satu aspek yang berkaitan dengan kondisi psikologis ibu. Kondisi ini dapat dimodifikasi dengan berbagai upaya intervensi serta menargetkan nilai BSE yang tinggi pada populasi ibu-ibu menyusui.

Penelitian yang dilakukan oleh Damstra (2012) menyebutkan bahwa pemberian intervensi serta menargetkan nilai BSE yang tinggi pada ibu menyusui dapat dimulai sejak masa kehamilan, sehingga pemberian ASI eksklusif dan durasi menyusui dapat meningkat pada masa postpartum. Keberhasilan pemberian ASI eksklusif juga sangat ditentukan pada minggu pertama postpartum sebagai fase kritis menyusui. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurbaeti & Lestari (2013) yang menyebutkan bahwa

pentingnya pemberian intervensi comprehensive breastfeeding education pada minggu pertama postpartum dalam mensukseskan keberhasilan ASI eksklusif.

Nilai breastfeeding self efficacy yang diukur dengan menggunakan Breastfeeding Self Efficacy Scale Short Form (BSES-SF) mempunyai nilai maksimal 70 dan minimal 14. Nilai minimal menunjukkan ibu tidak percaya diri sama sekali sedangkan nilai maksimal berarti ibu sangat percaya diri. BSES-SF berisi 14 item pertanyaan tentang kepercayaan diri ibu dalam proses menyusui. Pada perkembangan zaman dengan persaingan ketat seperti sekarang ini, kualitas manusia dituntut agar mencapai kualitas yang lebih baik sehingga banyak orang cenderung ingin menjadi yang terbaik, tidak mau kalah dengan orang lain dan tidak mudah merasa puas dengan pencapaian yang didapat (Efendi & Makhfudli, 2009). Demikian halnya dalam urusan menyusui, seorang ibu selalu berpikir ingin bayinya mendapat kecukupan nutrisi dan ingin pertumbuhannya menjadi yang terbaik, tidak kalah dengan bayi orang lain. Perasaan tersebut justru akan membuat ibu selalu khawatir bayinya kurang cukup nutrisi (ASI) dan merasa kurang yakin dengan kecukupan produksi ASI ibu. Oleh karena itu dengan mengajarkan ibu pijat bayi, ibu akan merasa lebih dekat dan berani untuk menyentuh bayinya. Kedekatan antara ibu dan bayi juga semakin dekat sehingga timbul kepercayaan diri yang tinggi dari ibu untuk menyusui bayinya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dilakukan maka dapat disimpulkan bahwa Sebagian besar responden berpendidikan SMA dan sebagian besar responden tidak bekerja. Serta sebagian besar responden memiliki umur berkisar 26-35 tahun. Sebagian besar

responden memiliki memiliki *BSE* rendah yaitu 21 responden sebelum dilakukan intervensi. Sebagian besar responden memiliki memiliki *BSE* Tinggi yaitu 23 responden setelah dilakukan intervensi Ada korelasi antara dua variabel rata-rata sebelum dan sesudah adalah kuat dan signifikan dengan nilai p-value sebesar 0,000 dan karena p-value $0,000 < \alpha (0,05)$ maka H_0 di tolak yang berarti ada Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breastfeeding Self-Efficacy di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020. Nilai p-value sebesar 0,000 dan karena p-value $0,000 < \alpha (0,05)$ maka H_0 di tolak yang berarti ada Pijat Bayi Terhadap Optimalisasi Breastfeeding Self-Efficacy di PMB Kabupaten Rejang Lebong Tahun 2020.

SARAN

Pijat bayi dapat digunakan bidan sebagai salah satu alternatif dalam meningkatkan Optimalisasi Breastfeeding Self-Efficacy

DAFTAR RUJUKAN

- Aghdas, Karimi., Talat, Khadizvzadeh, Sepideh, & Bagheri. *Effect of immediate and continuous mother-infant skin to skin contact on breastfeeding self-efficacy of primiparous women: A randomised control trial. Woman and Birth*, 312. No. Of Pages 4.
- Astriana, Irma Lilis Suryani. 2017. Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi di BPS Masnoni Teluk Betung Utara Kota Bandar Lampung. *Jurnal Kesehatan Holistik*, Vol. 11, No. 2 April 2017
- Aprihastiwati, Vitari. 2015. *Hubungan Motivasi dengan Perilaku Ibu dalam Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Kerja Puskesmas Gamping II Yogyakarta*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: STIK Aisyiyah.
- Cemara, Agnes Julisca, dkk. 2018. “Dukungan Sosial tentang Efikasi Diri Menyusui pada Ibu Nifas”. *Jurnal Media Kesehatan*. Vol.11 (1): hal. 001-101.
- Damstra, Kelli. M. (2012). *Improving breastfeeding knowledge, self-efficacy and intent through a prenatal education programe. Dissertation. Faculty of Grand Valley State University. Kinrkhof College of*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. 2016. *Profil Kesehatan Provinsi Bengkulu Tahun 2016*. Bengkulu: Dinkes Bengkulu.
- Dinkes Curup. 2020. *Laporan Tahunan Dinas Kesehatan Curup Tahun 2020*. Bengkulu.
- Dinkes RL. *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Rejang Lebong tahun 2019*. Kab. Rejang Lebong: Dinkes RL.
- Dinas Kesehatan Rejang Lebong. 2018. *Data ASI Eksklusif 2018*.
- Dinas Kesehatan Rejang Lebong. 2019. *Data ASI Eksklusif 2019*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. 2019. *Data ASI Eksklusif 2018*.
- Dinas Kesehatan Provinsi Bengkulu. 2020. *Data ASI Eksklusif 2019*.
- Effendi, F & Makhfudli. 2009. *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek Dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba medika.
- Group”. *Journal of Education and Learning*. Vol. 6 (1):hal. 65-72.
- Fitriahadi, E. (2016). Pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi dan durasi menyusui bayi. *Kes Mas: Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat*, 10(2), 69-72.
- Keemer. (2013). *Breastfeeding self-efficacy of woman using second line strategies for healthy term infants in the first week postpartum: An Australian observational study. International Breastfeeding Journal*, 8, 18.
- Kementerian Kesehatan RI. 2019 *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2019*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI.
- Kementerian Kesehatan RI. 2014. *Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI*. Jakarta: Kementrian Kesehatan RI
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2018. Data ASI Eksklusif 2018*.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. Data ASI Eksklusif 2019*.
- Kusmini .2014. *Mom Massage. Edited by Maulina Fildzah Khairani*. Semarang: IHCA.
- Li-Chin Lu, Shao-Huan Lan, et al. 2020. Massage therapy for weight gain in preterm neonates: A systematic review and meta-analysis of randomized controlled trials. *Journal Elsevier*
- Lestari, T. 2016. *Asuhan Keperawatan Anak*. Edisi pertama. Yogyakarta : Nuha Medika
- Lapau, Buchari. 2015. *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia.
- Muchtar, Asmujeni, dkk. 2014. *Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta: Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.

- Mufdlilah, dkk. 2017. *Buku Pedoman Pemberdayaan Ibu Menyusui pada Program ASI Eksklusif*. Yogyakarta.
- Nazwa, Nini Umi. 2013. *Rahasia Ibu Pintar (Panduan Merawat Bayi Pasca Persalinan Sampai 12 Bulan*. Yogyakarta: Katahati.
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2014. *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nurbaeti, I., & Lestari. K.B. (2013). Efektivitas comprehensive breastfeeding education terhadap keberhasilan Air Susu Ibu (ASI) pada periode postpartum. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*, 1(2), 27–36. ISSN: 2338-5324.
- Nursalam. 2013. *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Puspitorini, Ira. 2011. *Intisari Lengkap Kebidanan dan Keperawatan*. Yogyakarta: New Diglossia.
- Rahayu, Dwi. 2018. “Hubungan *Breastfeeding Self Efficacy* dengan Keberhasilan Pemberian ASI Eksklusif”. *Jurnal Ilmu Kesehatan*. Vol. 7 (1): hal. 247-252.
- Ratnasari, Rohani Dwi. 2018. *Kepercayaan Diri Ibu pada Pemberian ASI Eksklusif di Wilayah Desa Sentolo Kulonprogo Yogyakarta*. Skripsi tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Aisyiyah.
- Riksani, R. (2012). *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*. Jakarta: Dunia Sehat.
- Risti, Rike Galina Prastia. 2017. *Efikasi Diri Menyusui (Breastfeeding Self Efficacy)*. Jember: Pustaka Abadi.
- Roesli, Utami 2008. *Pedoman Pijat Bayi (Edisi Revisi)*. PT. Trubus Agriwidya. Jakarta.
- Sari, Dian Nur Adkhana, dkk. 2019. “Faktor yang Mempengaruhi *Breastfeeding Self Efficacy* (BSE) dalam Pemberian ASI Eksklusif pada Ibu Hamil Trimester 3”. *Indonesian Journal of Nursing Practices*. Vol. 3 (1): hal. 22-27.
- Sukma, Febi, dkk. 2017. *Asuhan Kebidanan pada Masa Nifas*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Kesehatan Universitas Muhammadiyah.
- Syaukani, A. 2015. *Petunjuk Praktis Pijat Seban & Yoga Sehat Untuk Bayi. I. Edited by Adhon MK*. Yogyakarta: Araska.
- Walyani, Elisabeth Siwi. 2015. *Perawatan Kehamilan dan Menyusui Anak Pertama agar Bayi Lahir dan Tumbuh Sehat*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- WHO dan UNICEF. 2019. “*Increasing Commitment to Breastfeeding Through Funding and Improved Policies and Programmes*”. <https://apps.who.int/iris/bitstream/handle/10665/326049/WHO-NMH-NHD-19.22-eng.pdf?ua=1>. Diakses tanggal 15 Agustus 2020.
- WHO dan UNICEF. 2017. “*Tracking Progress for Breastfeeding Policies and Programmes*”. <https://www.who.int/nutrition/publications/infantfeeding/global-bf-scorecard-2017.pdf?ua=1>. Diakses tanggal 15 Agustus 2020
- WHO & UNICEF. 2015. *Improving child nutrition the achivable imperative for global progress*. New york: UNICEF.
- Handayani, L., dkk. 2012. “*Breastfeeding Education in Term of Knowledge and Attitude through Mother Support*