

HUBUNGAN PIJAT BAYI MANDIRI DENGAN POLA MENYUSUI PADA BAYI ASI EKSKLUSIF

Ranti Yuliana¹, Debora Paninsari², Wulan Sekar Sari³, Nisaul Mudrikah⁴, Elli Airi⁵, Reska Elisa⁶
^{1,2,3,4,5,6}PUI-PT Gentle Baby Care, Program Studi S-1 Kebidanan, Universitas Prima Indonesia, Indonesia

Article Info

Article history:

Received Feb 24, 2026

Revised Mar 16, 2026

Accepted Mar 31, 2026

Keywords:

Infant Massage,
Independent,
Breastfeeding Patterns,
Exclusive Breastfeeding.

ABSTRACT

Regularly massaging babies can optimize breast milk intake, appetite, and weight gain. This consistent touch therapy is key to obtaining comprehensive health benefits for babies. This study was designed to analyze the relationship between baby massage practices performed independently by mothers and the consistency of breastfeeding patterns in babies who are exclusively breastfed. This study applied a quantitative approach with an analytical observational design through a cross-sectional design. A total of 110 mothers with infants aged 0-12 months at Teungku Peukan General Hospital were included in this study. Using purposive sampling, a sample of 86 respondents was obtained. Data were collected through a structured questionnaire to assess the variables of independent infant massage and exclusive breastfeeding patterns, which were then analyzed using the Chi-Square statistical test. The results of the study revealed that 65.1% of respondents performed independent infant massage and 61.2% of mothers had good breastfeeding patterns. Statistically, a significant relationship was found between the practice of independent infant massage and breastfeeding patterns in exclusively breastfed infants, as indicated by a p-value of 0.000 ($p < 0.05$). Thus, it can be concluded that massage stimulation by mothers contributes to the success of breastfeeding patterns.

This is an open access article under the [CC BY-SA](#) license.



Corresponding Author:

Debora Paninsari,
Program Studi S-1 Kebidanan,
Universitas Prima Indonesia,
Jl. Sampul No.3, Sei Putih Bar., Kec. Medan Petisah, Kota Medan, Sumatera Utara 20118.
Email: deborapaninsari@unprimdn.ac.id

1. INTRODUCTION

Stimulasi multisensori yang berlandaskan kasih sayang untuk memicu pertumbuhan serta perkembangan anak secara maksimal [1]. Pemberian stimulasi pijat secara konsisten tidak hanya berperan dalam menjaga kebugaran tubuh bayi, tetapi juga berkontribusi besar dalam mengoptimalkan pertumbuhan fisik serta kematangan emosionalnya [2]. Meskipun pijat bayi tradisional di Indonesia awalnya lebih banyak digunakan sebagai sarana penyembuhan, teknik ini sebenarnya memiliki manfaat luas bagi kesehatan sistem saraf, otot, pernapasan, dan kelancaran distribusi darah dalam tubuh bayi [3].

Sebagai salah satu bentuk terapi sentuhan yang paling legendaris dan populer dalam sejarah peradaban manusia, pijat bayi merupakan manipulasi pada jaringan lunak tubuh yang memberikan keuntungan timbal balik, baik bagi kesehatan anak maupun bagi psikologis orang tua. Pemberian stimulasi pijat secara konsisten terbukti efektif dalam memicu produksi ASI serta mengoptimalkan nafsu makan yang berdampak pada kenaikan berat badan bayi. Sebagai bentuk terapi rutin, pijat memberikan keunggulan kesehatan yang signifikan; data penelitian menunjukkan bahwa bayi prematur yang mendapatkan intervensi pijat selama sepuluh hari mengalami peningkatan bobot tubuh antara 20% hingga 40% hanya dalam waktu lima hari [3].

Secara fisiologis, pijat bayi bekerja melalui beberapa mekanisme utama, di antaranya adalah pelepasan beta-endorfin yang berperan dalam meregulasi proses pertumbuhan. Selain itu, stimulasi ini meningkatkan aktivitas nervus vagus, yang secara langsung mengoptimalkan sistem penyerapan nutrisi serta berkontribusi pada peningkatan volume ASI yang dikonsumsi bayi. Bukti empiris mengungkapkan bahwa kondisi psikologis ibu memberikan kontribusi sebesar 80% terhadap kelancaran produksi hormon oksitosin. Mengingat peran sentral ibu dalam mengoptimalkan tumbuh kembang anak, sangat dianjurkan bagi ibu untuk melakukan perawatan bayi secara mandiri, termasuk dalam memberikan stimulasi pijat, guna mencapai target kesehatan yang diharapkan. Tindakan pijat bayi tidak terbatas pada kompetensi bidan atau jasa dukun pijat semata, melainkan dapat diimplementasikan secara mandiri oleh ibu di rumah sebagai bentuk perawatan rutin bagi buah hati [2].

Studi yang dikemukakan oleh Maulida dan Reflisiani (2024) mengungkapkan bahwa mayoritas responden, yakni sebesar 87,5%, memiliki kualitas tidur dalam kategori baik, sementara hanya 12,5% sisanya yang memiliki kualitas tidur kurang. Data tersebut mengindikasikan adanya korelasi signifikan antara pemberian pijat bayi dengan peningkatan kualitas istirahat sang anak [4]. Pijat bayi sering kali dianalogikan sebagai sebuah tarian harmonis antara orang tua dan buah hatinya. Aktivitas ini memberikan dampak positif yang komprehensif, tidak hanya dalam menunjang pertumbuhan fisik yang optimal, tetapi juga dalam memfasilitasi perkembangan psikososial bayi secara mendalam [5]. Menurut data yang dirilis oleh Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI), prevalensi keterlambatan tumbuh kembang pada anak di Indonesia mengalami lonjakan yang cukup signifikan. Jika pada tahun 2018 angka kejadiannya berada di kisaran 5-10%, maka pada tahun 2022 angka tersebut meningkat drastis hingga mencapai 30% [6].

Laporan dari *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2017 mengungkapkan bahwa dalam skala global, diperkirakan sekitar 20% hingga 40% anak pada kelompok usia 0-3 tahun menghadapi hambatan dalam fase perkembangannya. Angka kejadian gangguan perkembangan anak bervariasi di berbagai belahan dunia; Amerika Serikat mencatat prevalensi sebesar 12-16%, sementara Argentina dan Hongkong masing-masing mencapai 22% dan 23%. Di Indonesia, tradisi pemijatan bayi secara historis didominasi oleh peran dukun bayi. Praktik ini telah menjadi bagian integral dari perawatan pasca-lahir yang dilakukan secara rutin, baik sebagai upaya pemeliharaan kesehatan saat bayi bugar maupun sebagai metode penanganan ketika bayi mengalami gangguan kesehatan atau rewel [7].

Berdasarkan hasil studi yang dilakukan oleh Qomariah dkk (2023), ditemukan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian stimulasi berupa pijat bayi dengan seberapa sering bayi menyusui. Pemberian pijatan pada bayi tidak hanya memberikan rasa nyaman, tetapi juga berperan penting dalam meningkatkan frekuensi menyusui. Pada bayi yang menerima ASI eksklusif, pola menyusui dapat dievaluasi melalui durasi, frekuensi, dan ketepatan jadwal yang sesuai dengan kebutuhan. Pola yang optimal mencerminkan efektivitas menyusui, yang ditandai dengan ketenangan bayi, tidur yang berkualitas, serta indikator kecukupan ASI yang terpenuhi [8].

Hasil studi yang dilakukan oleh Hasyati et al (2022) membuktikan bahwa pemberian pijat pada bayi berdampak besar pada lama waktu dan seberapa sering bayi menyusui. Melalui stimulasi fisik, pijat bayi menghasilkan respons fisiologis dan psikologis yang menguntungkan. Intervensi ini bekerja dengan merangsang sistem saraf parasimpatis dan memperbaiki sirkulasi darah, sehingga menciptakan rasa rileks. Selain itu, percepatan pengosongan lambung akibat pijatan secara alami memicu munculnya sinyal lapar yang lebih cepat pada bayi. Keterlibatan langsung ibu dalam memijat bayi tidak hanya berfungsi sebagai bentuk stimulasi, tetapi juga memperkuat ikatan emosional dan pengawasan respons anak. Jika tekniknya dilakukan secara benar, pijatan mandiri oleh ibu mampu menyamai efektivitas pijat yang dilakukan oleh tenaga profesional [9].

Wulandari & Kumalasari (2024) menemukan bahwa pijatan pada bayi dapat mengoptimalkan kualitas menyusui karena memberikan efek relaksasi dan melancarkan sirkulasi darah. Intervensi melalui pijat bayi terbukti memberikan dampak nyata terhadap pola menyusui, baik dari segi intensitas maupun lamanya. Data menunjukkan adanya kenaikan rata-rata frekuensi menyusui dari 7 kali menjadi 9 kali dalam sehari. Selain itu, durasi setiap sesi menyusui juga mengalami peningkatan signifikan dengan rata-rata dari 15 menit menjadi 19 menit, yang menegaskan bahwa pijat bayi adalah strategi efektif untuk mengoptimalkan keberhasilan program menyusui [9].

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan di Rumah Sakit Umum Teungku Peukan pada Desember 2025, tercatat sebanyak 110 ibu memiliki bayi usia 0-12 bulan dalam kurun waktu dua bulan terakhir. Hasil wawancara mengungkap adanya berbagai keluhan kesehatan pada bayi, seperti gangguan tidur, perut kembung, serta batuk dan pilek. Di sisi lain, ditemukan fakta bahwa sebagian ibu masih belum memiliki pemahaman yang memadai mengenai teknik pemijatan bayi secara mandiri. Berdasarkan fenomena tersebut, peneliti terdorong untuk mengeksplorasi lebih dalam mengenai korelasi antara praktik pijat bayi mandiri dengan pola menyusui pada bayi yang menerima ASI eksklusif.

2. RESEARCH METHOD

Studi ini menerapkan metode kuantitatif dengan desain observasional analitik melalui pendekatan *cross-sectional*. Penelitian dilakukan terhadap populasi ibu yang memiliki bayi usia 0-12 (bulan di Rumah Sakit Umum Teungku Peukan, yang berjumlah 110 orang. Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari 2026 . Sebanyak 86 responden dipilih sebagai sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan kriteria inklusi seperti Ibu yang memiliki bayi berusia 0-12 bulan, ibu yang memberikan ASI Eksklusif kepada bayinya, Responden yang berada atau berkunjung di Rumah Sakit Umum Teungku Peukan, dan Ibu yang bersedia menjadi responden dalam penelitian. Kriteria eksklusi antara lain ayi yang sedang dalam kondisi sakit berat atau memiliki kelainan kongenital yang menghambat proses menyusui atau pemijatan, Bayi yang sudah mendapatkan makanan pendamping ASI (MPASI) sebelum usia 6 bulan, dan Ibu yang tidak hadir atau tidak dapat ditemui saat pengumpulan data dilakukan di lokasi penelitian. Data dikumpulkan melalui instrumen kuesioner yang sudah valid yang dikembangkan secara mandiri oleh peneliti dengan mengadopsi indikator teknis pijat bayi dari panduan Roesli (2013) serta kriteria pola menyusui efektif berdasarkan standar Kementerian Kesehatan RI (2020) untuk mengukur variabel pijat bayi mandiri (Penelitian ini peneliti tidak memberikan perlakuan (*treatment*) berupa pelatihan langsung kepada responden di tempat. Tujuannya adalah untuk memotret fenomena riil di masyarakat mengenai sejauh mana ibu sudah mempraktikkan pijat bayi secara mandiri berdasarkan pengetahuan yang mereka peroleh sebelumnya baik dari tenaga kesehatan, media, maupun edukasi mandiri) serta pola menyusui pada bayi ASI eksklusif. Untuk menguji hubungan antarvariabel, digunakan analisis statistik *Chi-Square* dengan tingkat signifikansi $\alpha=0,05$ (5%).

3. RESULTS AND ANALYSIS

3.1 Result

Pijat Bayi Mandiri

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Pijat Bayi Mandiri (n=86)

Pijat Bayi Mandiri	Jumlah (n)	Persentase (%)
Dilakukan	56	65,1
Tidak Dilakukan	30	34,9
Jumlah	86	100

Hasil distribusi frekuensi pada Tabel 1 mengungkapkan bahwa mayoritas responden (65,1%) telah melakukan pijat bayi secara mandiri. Adapun sisa populasi sebesar 34,9% atau sebanyak 30 orang dilaporkan belum atau tidak mempraktikkan pemijatan mandiri pada bayinya.

Pola Menyusui Pada Bayi ASI Eksklusif

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Pola Menyusui Pada Bayi ASI Eksklusif (n=86)

Pola Menyusui Pada Bayi ASI Eksklusif	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	53	61,6
Kurang	33	38,4
Jumlah	86	100

Proporsi ibu yang menerapkan pola menyusui dengan kriteria baik mencapai 61,2%, angka ini lebih dominan dibandingkan dengan ibu yang memiliki pola menyusui kurang baik (38,4%). Secara numerik, terdapat selisih 20 responden antara kategori pola menyusui yang optimal dan yang masih kurang.

Analisis Bivariat

Analisis ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan pijat bayi mandiri dengan pola menyusui pada bayi ASI eksklusif.

Hubungan Pijat Bayi Mandiri Dengan Pola Menyusui Pada Bayi ASI Eksklusif

Tabel 3. Hubungan Pijat Bayi Mandiri Dengan Pola Menyusui Pada Bayi ASI Eksklusif (n=86)

Pijat Bayi Mandiri	Pola Menyusui				Total		Nilai <i>p</i>
	Baik		Kurang		N		
	n	%	n	%			
Dilakukan	48	85,7	8	14,3	56	100	0,000
Tidak Dilakukan	5	16,7	25	83,3	30	100	

Tabel 3 memaparkan perbedaan signifikan antara dua kelompok responden. Pada kelompok yang melakukan pijat mandiri, angka pola menyusui baik mencapai 85,7% (48 responden). Hal ini berbanding terbalik dengan kelompok yang tidak melakukan pijat mandiri, di mana pola menyusui kurang menjadi yang paling dominan sebesar 83,3% (25 responden). Secara statistik, signifikansi ini dibuktikan dengan nilai p sebesar 0,000 ($p<\alpha$), sehingga disimpulkan bahwa tindakan pijat bayi mandiri berhubungan erat dengan optimalnya pola menyusui pada bayi.

3.2 Analysis

Pijat Bayi Mandiri

Temuan studi mengindikasikan bahwa sebagian besar responden, yakni sebanyak 56 orang (65,1%), telah menerapkan praktik pijat bayi secara mandiri. Di sisi lain, kelompok yang tidak melakukan pemijatan mandiri merupakan bagian kecil dari sampel, dengan jumlah 30 orang atau setara dengan 34,9%. Besarnya proporsi ibu yang mempraktikkan pijat bayi secara mandiri mencerminkan tingginya tingkat pemahaman terhadap manfaat stimulasi taktil (*tactile stimulation*). Praktik ini kini tidak lagi dipandang sekadar sebagai tradisi turun-temurun, melainkan sebuah intervensi berbasis teknik medis yang dapat diimplementasikan oleh orang tua untuk menunjang optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi, terutama dalam masa pemberian ASI eksklusif.

Sebagai salah satu bentuk stimulasi yang krusial, pijat bayi berkontribusi signifikan terhadap maturitas fisik serta stabilitas emosional anak. Dalam implementasinya, wawasan dan pengetahuan ibu memegang peranan sentral guna menjamin bahwa prosedur yang diterapkan tetap memenuhi standar keamanan medis sekaligus memberikan hasil yang maksimal bagi kesejahteraan bayi. Kapasitas intelektual dan pemahaman seorang ibu terhadap teknik pemijatan bayi sering kali berbanding lurus dengan latar belakang pendidikan yang ditempuhnya [11].

Pola Menyusui Pada Bayi ASI Eksklusif

Berdasarkan temuan di lapangan, sebagian besar responden telah mengimplementasikan praktik pijat bayi secara mandiri dengan jumlah 56 orang (65,1%). Sebaliknya, kelompok yang belum atau tidak melakukan pemijatan mandiri mencakup proporsi yang lebih kecil, yaitu sebanyak 30 orang (34,9%). Capaian angka 65,1% pada kelompok ibu yang mempraktikkan pijat bayi secara mandiri merefleksikan tingginya tingkat kesadaran terhadap pentingnya rangsangan taktil. Praktik ini telah bergeser dari sekadar kebiasaan kultural menjadi sebuah intervensi stimulasi yang secara klinis terbukti mampu menginduksi berbagai respons fisiologis menguntungkan bagi bayi.

Pola menyusui yang baik dalam penelitian ini dipahami sebagai efektivitas pemberian ASI yang memenuhi kriteria frekuensi ideal (8-12 kali per hari) dan durasi yang cukup (15-20 menit), sehingga bayi menunjukkan tanda kepuasan serta relaksasi pasca-menyusu. Kondisi ini didukung oleh praktik pijat mandiri yang dilakukan ibu, yang secara fisiologis menstimulasi nervus vagus untuk meningkatkan hormon gastrin dan insulin guna mengoptimalkan metabolisme, sekaligus menurunkan kadar kortisol. Hasilnya, bayi menjadi lebih tenang, memiliki kemampuan hisap (*latching*) yang lebih kuat, dan membentuk pola menyusui yang konsisten serta terdawal secara alamiah.

Ditinjau dari aspek fisiologis, stimulasi pijat pada bayi berperan dalam mengoptimalkan aktivitas nervus vagus. Penguatan fungsi saraf ini kemudian menstimulasi sekresi hormon pencernaan, seperti insulin dan gastrin, sehingga proses absorpsi nutrisi menjadi lebih efektif. Temuan ini memperkuat studi Masjiding dkk. (2023) yang melaporkan bahwa mayoritas ibu (64,9%) telah berkomitmen pada pemberian ASI eksklusif. Sementara itu, penggunaan susu formula sebagai pendamping ASI ditemukan pada 29,7% responden, dan hanya 5,4% yang sepenuhnya bergantung pada susu formula. Dalam hal intensitas, penelitian tersebut mencatat frekuensi menyusui rata-rata melebihi delapan kali sehari. Durasi menyusui paling dominan terjadi pada malam hari dengan rentang waktu 10 hingga 15 menit, di mana kepuasan bayi setelah menyusui umumnya ditandai dengan tertidur pulas [12].

Hubungan Pijat Bayi Mandiri Dengan Pola Menyusui Pada Bayi ASI Eksklusif

Analisis data pada Tabel 3 mengungkapkan korelasi yang nyata antara praktik pemijatan mandiri dan kualitas pola menyusui. Kelompok ibu yang melakukan pijat bayi secara mandiri (56 orang) didominasi oleh pola menyusui yang baik dengan persentase mencapai 85,7%. Sebaliknya, responden yang tidak melakukan pemijatan (30 orang) justru menunjukkan pola menyusui yang kurang optimal sebesar 83,3%. Secara statistik, uji *Chi-Square* menghasilkan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$), yang mengonfirmasi penolakan hipotesis nol. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tindakan pijat bayi mandiri terhadap pola menyusui pada bayi ASI eksklusif.

Praktik pijat bayi yang dilakukan secara personal oleh ibu berfungsi sebagai media stimulasi *skin-to-skin contact* yang mendalam. Interaksi fisik yang intens ini tidak hanya bermanfaat secara taktil, tetapi juga memperkuat ikatan emosional (*bonding attachment*) antara ibu dan buah hati. Stimulasi sentuhan tersebut merangsang hipotalamus untuk menyekresi hormon oksitosin, yang memiliki peran ganda dalam keberhasilan menyusui. Pada sisi ibu, oksitosin menginisiasi *let-down reflex* guna mengoptimalkan ejeksi ASI dari payudara. Sementara pada sisi bayi, hormon ini menginduksi efek relaksasi yang signifikan. Ketenangan psikologis yang dihasilkan mempermudah bayi dalam mencapai *latching* (perlekatan) yang tepat, sehingga proses menyusui berlangsung secara lebih konsisten dan efektif [13]. Manurung & Dohona (2023) mengungkapkan bahwa peningkatan level pendidikan seseorang berbanding lurus dengan kemampuannya

dalam mengakses informasi kesehatan serta motivasinya untuk mempelajari hal-hal baru yang berkaitan dengan kesejahteraan fisik [14].

Hasil penelitian ini selaras dengan temuan Qomariah dkk. (2023) di wilayah kerja Puskesmas Simpang Baru, yang mengonfirmasi adanya pengaruh signifikan antara pemberian pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi menyusui. Persamaan hasil ini memperkuat proposisi bahwa stimulasi pijat merupakan intervensi yang efektif dalam memperbaiki pola konsumsi ASI pada bayi. Pemberian pijat bayi secara berkala terbukti mengoptimalkan fungsi sistem pencernaan, meminimalisir risiko kolik, serta mengakselerasi proses pengosongan lambung. Dampak fisiologis ini secara alami menstimulasi peningkatan frekuensi permintaan ASI melalui pola *on-demand*. Selain itu, kondisi fisik bayi yang lebih bugar pasca-pemijatan berkontribusi pada kekuatan daya hisap yang lebih efektif saat menyusui [8].

Pola menyusui yang baik pada kelompok pijat mandiri mengindikasikan tingginya efikasi diri responden. Kepercayaan diri dalam mempraktikkan teknik pijat berbanding lurus dengan kemampuan ibu untuk mengatasi tantangan menyusui, yang pada akhirnya berdampak positif pada keteraturan pola menyusui bayi. Hal ini berbeda dengan kelompok minoritas (16,7%) yang meskipun tidak memijat tetap memiliki pola menyusui baik, yang mungkin dipengaruhi oleh faktor lain seperti dukungan suami atau asupan nutrisi ibu. Meskipun terdapat hubungan yang signifikan, ditemukan sebagian kecil responden (16,7%) yang tetap menunjukkan pola menyusui baik meskipun tidak mempraktikkan pijat bayi secara mandiri. Hal ini mengindikasikan adanya variabel luar yang turut berperan, seperti dukungan psikososial dari suami atau kualitas asupan nutrisi ibu yang mendukung kelancaran produksi ASI.

4. CONCLUSION

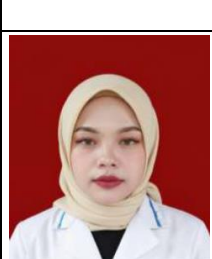
Penelitian ini menyimpulkan adanya korelasi signifikan antara praktik pijat bayi mandiri oleh ibu dengan optimalisasi pola menyusui pada bayi usia 0-12 bulan di RSUD Teungku Peukan ($p=0,000$). Temuan menunjukkan bahwa mayoritas ibu (65,1%) yang aktif melakukan pemijatan mandiri berhasil membentuk pola menyusui yang baik pada bayi mereka. Secara klinis, hal ini membuktikan bahwa stimulasi taktil yang konsisten mampu meningkatkan aktivitas nervus vagus dan pelepasan hormon pencernaan, serta menurunkan kadar kortisol bayi. Dampaknya, bayi menjadi lebih tenang dan memiliki daya hisap yang efektif, yang pada akhirnya memperkuat ikatan batin (*bonding*) serta mendukung keberhasilan pemberian ASI eksklusif secara berkelanjutan.

REFERENCES

- [1] S. Milwati, S. Suyanti, L. K. Sa'diyah, D. Samtyaningsih, M. Rajin, and H. H. Desyanti, *Terapi komplementer dalam praktik keperawatan dan kebidanan*. Jakarta: Penerbit Nuansa Fajar Cemerlang, 2025.
- [2] H. Saidah and R. Kusumadewi, *Keajaiban pijat tui na dan aromaterapi minyak sereh untuk mengatasi kesulitan makan pada balita*. Yogyakarta: Penerbit Samudra Biru, 2020.
- [3] F. S. N. Lumy, I. Murtiyarini, E. Susilawati, and V. Muhida, *Bunga Rampai Asuhan Kebidanan Kehamilan*. Jawa Tengah: PT Media Pustaka indo, 2023.
- [4] S. Maulinda and D. Reflisiani, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pijat Bayi, Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di PMBS, Kota Depok Periode Maret-Juni 2022," *J. Public Heal. Sci.*, vol. 1, no. 1, pp. 1–10, 2024, doi: 10.59407/jophs.v1i1.596.
- [5] N. B. Argaheni and R. Pascawati, *Asuhan Nifas Berbasis Bukti*. Jakarta: Al Qalam Media Lestari, 2019.
- [6] A. Aryunani, S. Taufiqoh, and F. Anifah, *Asuhan Kebidanan Neonatus, Bayi, Balita dan Anak Pra Sekolah*. Malang: Penerbit Rena Cipta Mandiri, 2022.
- [7] R. Dewi, E. Destariyani, Y. Yuniarti, L. Hartini, N. Yulyana, and W. Savitri, *Buku Saku Pedoman Pijat Bayi bagi Terapis Homecare*. Jakarta: Penerbit NEM, 2023.
- [8] S. Qomariah, S. Herlina, and Wiwi Sartika, "Pengaruh pijat bayi terhadap frekuensi menyusui pada bayi," *Al-Insyirah Midwifery J. Ilmu Kebidanan (Journal Midwifery Sci.)*, vol. 12, no. 1, pp. 1–6, May 2023, doi: 10.35328/kebidanan.v12i1.2337.
- [9] H. Hasyati, M. A. Mansur, and N. Nurlaelah, "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Frekuensi dan Durasi Menyusui pada Bayi di Puskesmas Moncobalang Kabupaten Gowa," *J. Heal. Qual. Dev.*, vol. 2, no. 2, pp. 104–115, Dec. 2022, doi: 10.51577/jhqdv2i2.851.
- [10] U. R. Wulandari and D. Kumalasari, "Pengaruh Pijat Bayi terhadap Ritme Menyusui: Analisis Durasi dan Frekuensi Pemberian ASI," *J. Ilk. (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, vol. 15, no. 2, pp. 202–209, 2024, doi: <https://doi.org/10.35966/ilkes.v15i2.374>.
- [11] S. Juwita and N. D. Jayanti, *Pijat bayi*. Jawa Tengah: CV. Sarnu Untung, 2019.
- [12] C. M. Majiding, F. Rozi, and M. N. A. A. Siddiq, "Gambaran Pola Menyusui dan Asupan Zat Gizi pada Ibu dengan Bayi Riwayat Berat Lahir Rendah di Wilayah Rappocini, Kota Makassar," *J. Gizi*

- Kerja dan Produkt.*, vol. 4, no. 1, pp. 50–58, 2023, doi: 10.52742/jgkp.v4i1.136.
- [13] L. Lailaturohmah, H. Harmatuti, A. Lontaan, E. Sukmawati, E. W. Larasati, and R. Rahmadyanti, *Pijat dan spa bayi*. Padang: PT Global Eksekutif Teknologi, 2023.
- [14] N. F. Manurung and E. S. Dohona, “Analisis faktor determinan yang memengaruhi pengetahuan ibu tentang pijat bayi di wilayah desa padamukti kabupaten bandung tahun 2022,” *Evidence Based J.*, vol. 2, no. 1, pp. 34–41, 2021, [Online]. Available: <https://ojs.stikessehati.ac.id/index.php/ebj/article/view/31/29>.

BIOGRAPHIES OF AUTHORS

	Ranti Yuliana , lahir di Susoh pada tanggal 27 April 1986. Ia merupakan putri dari pasangan Admiral Kamil dan Sy. Darlina (Alm). Saat ini ia berdomisili di Desa Pawoh, Kecamatan Susoh, Kabupaten Aceh Barat Daya, Provinsi Aceh. Pendidikan dasar ditempuh di SDN Baharu dan lulus pada tahun 1998, kemudian melanjutkan pendidikan di MTsN Susoh dan lulus pada tahun 2000. Pendidikan menengah atas diselesaikan di SMA Negeri Susoh pada tahun 2004. Selanjutnya ia melanjutkan pendidikan tinggi di STIKes Payung Negeri Aceh Darussalam pada tahun 2008 dan berhasil menyelesaikan studinya pada tahun 2011. Pendidikan yang ditempuh tersebut menjadi bekal dalam mengembangkan kompetensi dan kontribusinya di bidang kesehatan.
	Dr. Debora Paninsari, SST., S.Keb., Bdn., M.Keb. Merupakan seorang akademisi dan dosen tetap di Universitas Prima Indonesia (UNPRI) Medan pada Fakultas Keperawatan dan Kebidanan. Beliau aktif mengajar pada Program Studi Sarjana Kebidanan dengan jabatan fungsional Lektor serta menjabat sebagai Sekretaris Program Studi di lingkungan UNPRI. Selain sebagai pengajar, beliau juga aktif dalam kegiatan penelitian dan tergabung dalam Kelompok Riset Teknologi EEE di UNPRI. Riwayat pendidikan beliau seluruhnya berada di bidang kebidanan dan kesehatan, dimulai dari Diploma Tiga (A.Md.Keb.) di Universitas Prima Indonesia yang diselesaikan pada 3 September 2011, kemudian melanjutkan pendidikan Sarjana Terapan (SST) Program Bidan Pendidik di Universitas Sumatera Utara dan lulus pada 30 Juli 2013. Selanjutnya beliau menyelesaikan Sarjana Kebidanan (S.Keb.) di Universitas Prima Indonesia pada 29 Agustus 2020, meraih gelar Magister Kebidanan (M.Keb.), hingga akhirnya menyelesaikan pendidikan pada jenjang Doktorat (S3).
	Wulan Sekar Sari , lahir di Sungai Panji-Panji pada tanggal 24 Januari 2004. Ia merupakan putri dari pasangan Djaimun Susanto dan Amma Wati. Saat ini ia berdomisili di Sungai Panji-Panji RT.002/RW.001, Kabupaten Rokan Hilir, Provinsi Riau, Indonesia. Pendidikan dasar ditempuh di SD 010 Sungai Panji-Panji dan lulus pada tahun 2016, kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 1 Kubu Babussalam dan lulus pada tahun 2019. Pendidikan menengah atas diselesaikan di SMA Negeri 2 Kubu Babussalam pada tahun 2022. Setelah itu, ia melanjutkan pendidikan tinggi pada Program Studi D-III Kebidanan di STIKes Sehat Medan sejak tahun 2022 dan menyelesaikan pendidikannya pada tahun 2025.
	Nisaul Mudrikah , lahir di Meulaboh pada tanggal 25 Desember 1988. Ia merupakan putri dari pasangan Samsul Bahri dan Jafniar. Saat ini ia berdomisili di Desa Meunasah, Kecamatan Susoh, Kabupaten Aceh Barat Daya, Provinsi Aceh. Pendidikan dasar ditempuh di MIN Drien Rampak Meulaboh dan lulus pada tahun 2001, kemudian melanjutkan pendidikan di MTsN Model Meulaboh dan lulus pada tahun 2004. Pendidikan menengah atas diselesaikan di MAN Meulaboh pada tahun 2007. Selanjutnya ia melanjutkan pendidikan tinggi di Akademi Kebidanan PHMN Meulaboh pada tahun 2008 dan berhasil menyelesaikan studinya pada tahun 2011. Pendidikan yang ditempuh tersebut menjadi bekal dalam mengembangkan pengetahuan dan keterampilan di bidang kebidanan.
	Elli Airi , lahir di Penghidupan pada tanggal 19 Juli 1996. Ia merupakan putri dari pasangan Masri dan Nuraida. Saat ini ia berdomisili di Dusun Sei Merbau, RT/RW 001/002, Desa Penghidupan, Kecamatan Kampar Kiri Tengah, Kabupaten Kampar, Provinsi Riau. Pendidikan dasar ditempuh di SD Negeri 016 Penghidupan dan lulus pada tahun 2008, kemudian melanjutkan pendidikan di SMP Negeri 01 Kampar Kiri Tengah dan lulus pada tahun 2011. Pendidikan menengah atas diselesaikan di SMA PGRI Pekanbaru pada tahun 2014. Selanjutnya ia melanjutkan pendidikan tinggi pada Program Studi D-III Kebidanan di STIKes Payung Negeri Pekanbaru pada tahun 2014 dan berhasil menyelesaikan studinya pada tahun 2017.



Reska Elisa, lahir di Sikabu pada tanggal 25 Mei 1994. Ia merupakan putri dari pasangan Bakaruddin dan Yusraini. Saat ini ia berdomisili di Desa Drien Beurumbang, Kecamatan Kuala Batee, Kabupaten Aceh Barat Daya. Pendidikan dasar ditempuh di SD Negeri 1 Krueng Batee dan lulus pada tahun 2006, kemudian melanjutkan pendidikan di MTs Negeri Kuala Batee dan lulus pada tahun 2009. Pendidikan menengah atas diselesaikan di Madrasah Aliyah Negeri Blang Pidie pada tahun 2012. Selanjutnya ia melanjutkan pendidikan tinggi di Akademi Kebidanan Nadhiran Banda Aceh pada tahun 2012 dan berhasil menyelesaikan studinya pada tahun 2015.

