

## PENGARUH PIJAT LAKTASI TERHADAP KELANCARAN PRODUKSI ASI PADA IBU MENYUSUI BABY SPA PATI

Siti Muawanah<sup>1)</sup>, Desi Sariyani<sup>2)</sup>

<sup>1)</sup>Pendidikan Profesi Bidan, STIKes Bakti Utama Pati

<sup>2)</sup>Sarjana Kebidanan, STIKes Bakti Utama Pati

Email: wawa@stikesbup.ac.id

### ABSTRAK

Perkembangan kecerdasan anak sangat berkaitan erat dengan pertumbuhan otak. Faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan otak anak adalah nutrisi yang diterima saat pertumbuhan otak cepat. Dalam hal ini pemberian nutrisi terhadap bayi dapat melalui proses menyusui Air Susu Ibu (ASI). Menyusui merupakan proses yang alamiah yang tidak mudah dilakukan. Cakupan ASI eksklusif tidak lepas dari masalah yang terjadi dalam proses menyusui diantaranya adanya kepercayaan yang salah bahwa ASI keluar sedikit atau ASI kurang mencukupi kebutuhan bayi. Apabila masalah tersebut tidak dapat diatasi maka akan mengganggu kesinambungan pelaksanaan pemberian ASI, agar mendapatkan kebutuhan ASI yang memadai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, kerja sama antara ibu dan keluarga dengan petugas kesehatan harus dilakukan. Metode baru yang diperkenalkan untuk mencegah dan mengatasi permasalahan ini diantaranya adalah pijat Laktasi. Pijat laktasi adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin. Jenis penelitian ini adalah observasi eksperimen dengan desain *Quasi Experimental Design* model *Non-Equivalent Control Group Design* dengan total sampling 15 ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi dan 15 tidak melakukan pijat laktasi.

Kata kunci: *Pijat laktasi, kelancaran produksi ASI*

### ABSTRACT

*The development of children's intelligence is closely related to brain growth. The main factor that influences the growth of a child's brain is the nutrition received when the brain grows rapidly. In this case, the provision of nutrition to the baby can be done through the process of breastfeeding breast milk (ASI). Breastfeeding is a natural process that is not easy to do. The coverage of exclusive breastfeeding cannot be separated from the problems that occur in the breastfeeding process, including the false belief that breast milk comes out a little or the milk is not sufficient for the baby's needs. If this problem cannot be resolved, it will interfere with the continuity of the implementation of breastfeeding. In order to obtain adequate breastfeeding for the growth and development of the baby, cooperation between mothers and families and health workers must be carried out. New methods introduced to prevent and overcome this problem include Lactation massage. Lactation massage is a massage technique performed on the head or neck area, back, spine, and breasts which aims to stimulate the hormones prolactin and oxytocin. This type of research is an experimental observation with a Quasi Experimental Design model of Non-Equivalent Control Group Design with a total sampling of 15 breastfeeding mothers who do lactation massage and 15 do not do lactation massage.*

*Keywords: Lactation massage, smooth milk production*

### PENDAHULUAN

Perkembangan kecerdasan anak sangat berkaitan erat dengan pertumbuhan otak. Faktor utama yang mempengaruhi pertumbuhan otak anak adalah nutrisi yang diterima saat pertumbuhan otak cepat. Dalam hal ini pemberian nutrisi terhadap bayi dapat melalui proses menyusui Air Susu Ibu (ASI). Menyusui adalah suatu cara

yang tidak ada duanya dalam pemberian makanan yang ideal bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi yang sehat serta memiliki pengaruh biologis dan kejiwaan yang unik terhadap kesehatan ibu dan bayi. Zat-zat anti infeksi yang terkandung dalam ASI membantu melindungi bayi terhadap penyakit (Anggraini Yeti, 2010). Menyusui merupakan proses yang alamiah

yang tidak mudah dilakukan. Cakupan ASI eksklusif tidak lepas dari masalah yang terjadi dalam proses menyusui diantaranya adanya kepercayaan yang salah bahwa ASI keluar sedikit atau ASI kurang mencukupi kebutuhan bayi. Keadaan ini disebabkan oleh beberapa faktor antara lain makanan dan minuman yang dikonsumsi oleh ibu, kondisi psikologis atau emosi ibu, bentuk payudara yang tidak normal sehingga tidak dapat berperan dalam proses menyusui, isapan bayi (refleks isap/kekuatan mengisap, lama mengisap, dan keseringan mengisap) juga dapat mempengaruhi produksi ASI (Nisman, 2011).

Rangsangan sentuhan pada payudara ketika bayi menghisap akan merangsang produksi oksitosin yang menyebabkan kontraksi sel-sel mioepitel, proses ini disebut *reflex let down* atau pelepasan ASI dan membuat ASI tersedia bagi bayi. Hal-hal lain yang erat hubungannya dengan proses menyusui adalah sering terjadi puting susu lecet, payudara bengkak, saluran susu tersumbat, mastitis, abses payudara, kelainan anatomi puting, atau bayi enggan menyusu dan produksi ASI sedikit (Bahiyatun, 2009).

Apabila masalah tersebut tidak dapat diatasi maka akan mengganggu kesinambungan pelaksanaan pemberian ASI, agar mendapatkan kebutuhan ASI yang memadai untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, kerja sama antara ibu dan keluarga dengan petugas kesehatan harus dilakukan. Indonesia sendiri telah mengupayakan untuk meningkatkan cakupan ASI diantaranya program IMD (Inisiasi Menyusui Dini) dan perawatan payudara pada prenatal dan postnatal yang bertujuan untuk meningkatkan produksi ASI serta mencegah puting susu lecet (Astutik, 2014).

Metode baru yang diperkenalkan untuk mencegah dan mengatasi permasalahan ini diantaranya adalah pijat Laktasi. Pijat laktasi adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon

prolaktin dan oksitosin. Hormon yang berperan dalam produksi ASI adalah hormon prolaktin dan oksitosin saat terjadi stimulasi sel-sel alveoli pada kelenjar payudara berkontraksi, dengan adanya kontraksi menyebabkan air susu keluar dan mengalir ke dalam saluran kecil payudara sehingga keluar tetesan susu dari puting dan masuk ke dalam mulut bayi yang disebut dengan *let down* refleks (Indriyani, dkk 2016).

*Let down* refleks sangat dipengaruhi oleh psikologis ibu seperti memikirkan bayi, mencium, melihat bayi dan mendengarkan suara bayi. *Let down* refleks juga dapat dihambat oleh beberapa faktor diantaranya adalah perasaan stres seperti gelisah, perasaan kurang percaya diri takut dan cemas. Penelitian menunjukkan bahwa saat seseorang merasa bingung, depresi, cemas dan merasa nyeri terus menerus akan mengalami penurunan hormon oksitosin dalam tubuh saat merasa stres *refleks let down* menjadi kurang maksimal akibatnya ASI akan mengumpul pada payudara saja sehingga ASI tidak bisa kembali diproduksi dan payudara akan terasa sakit, diharapkan setelah dilakukan pemijatan laktasi Ibu akan menjadi *relax* sehingga dapat terus memproduksi hormon prolaktin dan oksitosin yang diharapkan akan memicu kelancaran produksi ASI yang dapat dilihat dari ASI yang banyak dapat merembes keluar puting, payudara terasa penuh dan tegang sebelum menyusui, ASI masih menetes setelah menyusui, bayi paling sedikit menyusu 8-10 kali dalam 24 jam, setelah disusui bayi tidak akan memberikan reaksi mencari arah sentuhan apabila disentuh pipinya, bayi sering BAK 8 kali dalam satu hari, urin berwarna jernih, bayi BAB 3-4x dalam 24 jam dan fesesnya kekuningan, BB naik sesuai usia, kenaikan badan bayi perhari yaitu 15-20 gram, seminggu sekitar 150-200 gram dan sebulan sekitar 700-800 gram (Suhariyono, 2009).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jahriani Nani (2019), jenis penelitian

yang digunakan adalah penelitian Cross Sectional serta menggunakan uji Statistik (Uji Chi Kuadrat). Peningkatan produksi ASI pada penelitian terlihat bahwa volume produksi ASI ibu menyusui sebelum dilakukannya pijat laktasi mayoritas memiliki volume produksi ASI kurang yaitu sebanyak 23 partisipan (76,7%) dan minoritas memiliki volume produksi ASI baik yaitu sebanyak 7 partisipan (23,3%). Volume produksi ASI ibu menyusui sesudah dilakukan pijat laktasi mayoritas memiliki volume produksi ASI bertambah baik yaitu 22 partisipan (73,3%) dan minoritas memiliki volume produksi ASI tetap tetap kurang yaitu sebanyak 1 partisipan (3,3%). Peningkatan produksi ASI pada penelitian ini juga terlihat bahwa frekuensi bayi menyusui sebelum dilakukan Pijat laktasi mayoritas memiliki frekuensi bayi menyusui kurang yaitu sebanyak 18 partisipan (60%) dan minoritas memiliki frekuensi menyusui baik yaitu sebanyak 12 partisipan (40%). Frekuensi bayi menyusui sesudah dilakukan pijat laktasi mayoritas memiliki frekuensi bayi menyusui bertambah baik yaitu 23 partisipan (76,7%) dan minoritas

memiliki frekuensi bayi menyusui tetap kurang yaitu sebanyak 1 partisipan (3,3%). Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa pijat laktasi dapat meningkatkan produksi ASI ibu menyusui melalui peningkatan volume ASI dan frekuensi bayi menyusui.

## METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian eksperimen dengan Desain yang digunakan dalam adalah *Quasi Experimental Design* dan menggunakan model *Non-Equivalent Control Group Design* Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh ibu menyusui yang mengikuti pijat laktasi di Manini Baby Spa Kudus yang berjumlah 30 orang.

## HASIL

### A. Hasil Penelitian

Pemaparan hasil penelitian ini dibagi menjadi dua tingkatan yaitu univariat dan bivariante. Distribusi frekuensi dapat dilihat pada table berikut:

#### 1. Analisa Univariat

##### a. Ibu menyusui dengan Pijat Laktasi (Eksperimen)

##### 1) Frekuensi Treatment Pijat Laktasi

Tabel 4.1

Frekuensi Treatment Pijat Laktasi (Eksperimen)

No.	Treatment	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Sering	11	73,3
2	Tidak Sering	4	26,7
Total		15	100

Berdasarkan Tabel 4.1 dapat diketahui bahwa responden yang sering treatment pijat laktasi ada 11 orang (73,3%), sedangkan

responden yang tidak sering treatment pijat laktasi ada 4 orang (26,7%).

##### 2) Kelancaran ASI (*Pre-Test*)

Tabel 4.2

Kelancaran ASI Eksperimen (*Pre-Test*)

No.	Kelancaran ASI	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Lancar	4	26,7
2	Cukup Lancar	10	66,7
3	Tidak Lancar	1	6,7
Total		15	100

Berdasarkan Tabel 4.2 dapat diketahui bahwa responden yang

Asinya lancar sebanyak 4 orang (26,7%), cukup lancar ada 10

orang (66,7%), dan tidak lancar ada 1 orang (6,7%).

3) Kelancaran ASI (*Post-Test*)

Tabel 4.3

Kelancaran ASI Eksperimen (*Post-Test*)

No.	Kelancaran ASI	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Lancar	15	100
Total		15	100

Berdasarkan Tabel 4.3 dapat diketahui bahwa 15 orang responden (100%) ASI nya lancar.

b. Ibu menyusui yang tidak melakukan Pijat Laktasi (Kontrol)

1) Kelancaran ASI (*Pre-Test*)

Tabel 4.4

Kelancaran ASI Kontrol (*Pre-Test*)

No.	Kelancaran ASI	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Lancar	5	33,3
2	Cukup Lancar	9	60,0
3	Tidak Lancar	1	6,7
Total		15	100

Berdasarkan Tabel 4.4 dapat disimpulkan bahwa responden yang ASI nya lancar ada 5 orang (33,3%), cukup lancar 9 orang

(60,0%), dan tidak lancar 1 (6,7%).

2) Kelancaran ASI (*Post-Test*)

Tabel 4.5

Kelancaran ASI Kontrol (*Post-Test*)

No.	Kelancaran ASI	Frekuensi	Prosentase (%)
1	Lancar	8	53,3
2	Cukup Lancar	7	46,7
Total		15	100

Berdasarkan Tabel 4.5 dapat disimpulkan bahwa responden yang ASI nya lancar ada 8 orang (53,3%), dan responden yang ASI nya tidak lancar ada 7 orang (46,7%).

2. Analisa Bivariat

Analisa bivariate untuk mengetahui hubungan pijat laktasi dengan kelancaran produksi ASI.

a) Deskriptif

Tabel 4.6

Analisa diskriptif

	N	Minimum	Maximum	Mean	Std. Deviation
Pre-Test Eksperimen	15	3	9	5,47	1,685
Post-Test Eksperimen	15		10	8,47	1,060
Pre-Test Kontrol	15	3	8	6,07	1,438
Post-Test Kontrol	15	4	9	6,73	1,624
Valid N (listwise)	5				

b) Uji Normalitas

Tabel 4.7

Uji Normalitas

Kelompok		Kolmogorov-Smimov			Shapiro-Wilk		
		Statistic	Df	g.	Statistic	df	Sig.
Hasil Kelancaran ASI	Pre-Test	.209	15	.077	.931	15	.286
	Eksperimen						
	Post-Test	.203	15	.095	.889	15	.064
	Eksperimen						
Kontrol	Pre-Test	.215	15	.061	.919	15	.186
	Eksperimen						
	Post-Test	.141	15	.200	.930	15	.273
	Kontrol						

Berdasarkan *output* di atas diketahui signifikasi (Sig.) untuk semua data baik pada uji *kolmogorov-mirnov* maupun uji *shapiro-wilk* > 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa data penelitian berdistribusi normal.

Karena data penelitian berdistribusi normal, maka menggunakan *statistic parametrik* (uji *paired sample t test* dan uji *independent sample t test*) untuk melakukan analisis data penelitian.

c) Uji Paired Sample T Test

Tabel 4.8

Uji Paired Sample T Test

	Paired of Difference						t	df	Sig. (2-tailed)
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper				
Pre-Test Eksperimen- Post-Test – Eksperimen	-3.000	1.464	.378	-3.811	-2.189	-7.937	14	.000	
Pre-Test Kontrol- Post-Test Kontrol	-.667	.724	.187	-1.067	-2.66	-3.568	14	.003	

Berdasarkan *outputPair 1* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,000 < 0,05, maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI untuk pre-test eksperimen dan post-test eksperimen.

Berdasarkan *outputPair 2* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0,003 < 0,05, maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI untuk pre-test eksperimen dan post-test eksperimen.

Tabel 4.9

Statistik Diskriptif

	Mean	N	Std. deviation	Std. Error Mean
Pair 1 Pre-Test Eksperimen	5.47	15	1.685	.435

	Post-Test Eksperimen	8.47	15	1.060	.274
Pair 2	Pre-Test Kontrol	6.07	15	1.438	.371
	Post-Test Kontrol	6.73	15	1.624	.419

Dari hasil mean dapat disimpulkan bahwa kenaikan kelancaran ASI pada ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi lebih

naik signifikan dibandingkan dengan ibu menyusui yang tidak melakukan pijat laktasi.

d) Uji Homogenitas

Tabel 4.10  
Uji Homogenitas

		Levene Statistic	df 1	df 2	Sig.
Hasil Kelancaran ASI	Based on Median	3.271	1	28	.081
	Based on Median	2.399	1	28	.133
	Based on Median and with adjusted	2.399	1	27.036	.133
	Based on trimmed mean	3.228	1	28	.083

Berdasarkan *output* di atas diketahui nilai Signifikasi (Sig.) *Based on Mean* adalah sebesar 0,81 >0,05 sehingga dapat disimpulkan bahwa varians data Post-test

kelompok eksperimen dan data Post-test kelompok kontrol adalah sama atau homogen.

e) Uji *Independent Sample Test*

Tabel 4.11  
Uji *Independent Sample Test*

Levene's Test  
for Equality  
of Variance

t-test for Equality of Means

	F	Sig.	t	df	Sig. (2- tailed)	Mean Differ- ence	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference		
								Lower	Upper	
Hasil	Equal Variance	3.27	.08	3.461	28	.002	1.733	.501	.708	2.759

Kelancaran ASI	Assumed	1	1							
	Equal Variance			3.461	24.096	.002	1.733	.501	.700	2.767
	Not Assumed									

Berdasarkan *output* diatas diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,002 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil

kelancaran ASI antara ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi dengan ibu menyusui yang tidak melakukan pijat laktasi.

Tabel 4.12  
*Group Statistik*

Kelompok	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Post-Test Kelompok Eksperimen (Pijat Laktasi)	15	8.47	1.060	.274
Post-Test Kelompok Kontrol (Tidak melakukan Pijat Laktasi)	15	6.73	1.624	.419

Berdasarkan *output* Mean pada Post-Test Kelompok Eksperimen (yang dilakukan pijat laktasi) memperoleh hasil 8,47 sedangkan pada Post-Test Kelompok Kontrol (Tidak dilakukan pijat laktasi) memperoleh hasil 6,75 sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat laktasi lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI.

## PEMBAHASAN

Penelitian tentang pengaruh pijat laktasi dengan kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Manini Baby Spa Kudus diperoleh hasil berupa adanya pengaruh antara pijat laktasi terhadap kelancaran produksi ASI di Manini Baby Spa Kudus. Pembahasan tiap variabel akan diuraikan sebagai berikut:

### 1. Pijat Laktasi

Hasil menunjukkan bahwa responden yang rutin pijat laktasi ada

11 orang (73,3%) dan yang tidak rutin ada 4 orang (26,7%). Pijat laktasi adalah teknik pemijatan yang dilakukan pada daerah kepala atau leher, punggung, tulang belakang, dan payudara yang bertujuan untuk merangsang hormon prolaktin dan oksitosin (Indriyani, 2016).

Pijat laktasi bermanfaat untuk mengurangi nyeri, ketegangan, stres, dan kecemasan, mengangkat suasana hati atau mood, meningkatkan produksi ASI, dan mendorong perawatan ibu yang penuh kasih, mempersiapkan fisik, emosional, dan mental ibu untuk menghadapi masa nifas.

### 2. Kelancaran produksi ASI

Hasil menunjukkan bahwa sebelum dilakukan *treatment* pijat laktasi terdapat 4 ibu (26,7%) yang asinya lancar, 6 ibu (66,7%) dengan kelancaran produksi yang cukup, dan 1 ibu (6,7%) yang tidak lancar. Dan

setelah dilakukan *treatment* pijat laktasi 15 ibu (100%) mengalami kelancaran produksi asi.

Dari hasil penelitian diketahui bahwa tingkat kelancaran produksi ASI pada ibu menyusui di Manini Baby Spa berbeda-beda. Ibu yang datang di Manini Baby Spa Kudus ingin meningkatkan produksi ASI yang dimilikinya.

Terdapat banyak faktor yang dapat meningkatkan produksi ASI yaitu makanan yang bergizi, ketenangan jiwa dan pikiran, istirahat yang cukup, dan perawatan payudara (Pijat laktasi).

### 3. Pengaruh Pijat Laktasi dengan Kelancaran Produksi ASI

Dari hasil penelitian pada uji *paired sample t test* berdasarkan *output Pair 1* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI untuk pre-test eksperimen dan post-test eksperimen. Berdasarkan *output Pair 2* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,003 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI untuk pre-test eksperimen dan post-test eksperimen. Dari hasil mean dapat disimpulkan bahwa kenaikan kelancaran ASI pada ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi lebih naik signifikan dibandingkan dengan ibu menyusui yang tidak melakukan pijat laktasi. Kemudian, pada uji *independent sample t test* Berdasarkan *output* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,002 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI antara ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi dengan ibu menyusui yang tidak melakukan pijat laktasi. Berdasarkan *output Mean* pada Post-Test Kelompok Eksperimen (yang dilakukan pijat

laktasi) memperoleh hasil 8,47 sedangkan pada Post-Test Kelompok Kontrol (Tidak dilakukan pijat laktasi) memperoleh hasil 6,75 sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat laktasi lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pijat laktasi terhadap kelancaran produksi asi, ini dapat dilihat dari responden yang mengikuti pijat laktasi mengalami kenaikan tingkat kelancaran asi yang lebih signifikan dibandingkan dengan responden yang tidak mengikuti pijat laktasi.

### SIMPULAN DAN SARAN

Dari hasil penelitian pada uji *paired sample t test* berdasarkan *output Pair 1* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,000 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI untuk pre-test eksperimen dan post-test eksperimen. Berdasarkan *output Pair 2* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,003 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI untuk pre-test eksperimen dan post-test eksperimen. Dari hasil mean dapat disimpulkan bahwa kenaikan kelancaran ASI pada ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi lebih naik signifikan dibandingkan dengan ibu menyusui yang tidak melakukan pijat laktasi. Kemudian, pada uji *independent sample t test* Berdasarkan *output* diperoleh nilai Sig. (2-tailed) sebesar  $0,002 < 0,05$ , maka dapat disimpulkan ada perbedaan rata-rata hasil kelancaran ASI antara ibu menyusui yang melakukan pijat laktasi dengan ibu menyusui yang tidak melakukan pijat laktasi. Berdasarkan *output Mean* pada Post-Test Kelompok Eksperimen (yang dilakukan pijat laktasi) memperoleh hasil 8,47 sedangkan pada Post-Test Kelompok Kontrol (Tidak dilakukan pijat laktasi)



memperoleh hasil 6,75 sehingga dapat disimpulkan bahwa pijat laktasi lebih efektif dalam meningkatkan produksi ASI.Saran

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pijat laktasi terhadap kelancaran produksi asi, ini dapat dilihat dari responden yang mengikuti pijat laktasi mengalami kenaikan tingkat kelancaran asi yang lebih signifikan dibandingkan dengan responden yang tidak mengikuti pijat laktasi.Selanjutnya dari hasil penelitian dari ini disarankan ibu yang sedang menyusui rutin mengikuti pijat laktasi agar produksi ASI lancar serta untuk tenaga kesehatan semakin mengembangkan teknik non farmakologi untuk pasien untuk dapat diterapkan sebagai asuhan kebidanan komplementer non farmakologi sebagai implementasi asuhan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Bintang Aji, Pamungkas. 2016. *Pengaruh pijat bayi dengan kualitas tidur Bayi Usia 0-6 Bulan Di Puskesmas Kartasura*. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses pada 5 Oktober 2017.
- Depkes RI. *Kebutuhan Dasar Manusia Pada Bayi*. Jakarta: RI
- Ihsan, Abdul. 2012. *Energi Hypnosleep Untuk Hidup Lebih Sehat dan Bahagia*. Jakarta: Javalitela.
- Lumbantobing.2008. *Gangguan Tidur*. Jakarta: FKUI.
- Maryunani, Anik. 2010. *Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan*. Jakarta: Trans Info Media.
- Murwani, Arita. 2008. *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*. Yogyakarta: Fitramaya.
- Ngastiyah. 2005. *Perawatan Anak Sakit Edisi*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Puspitasari, Susiati. 2003. *Bayi Tidur Lelap*. Jakarta: Erlangga.
- Riwidikdo, Handoko. 2010. *Statistik Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Offset
- Riadiani, Lia. *Analisis Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Umur 6-12 bulan*. 2010. Diakses pada 5 Oktober 2017.
- Ria Devi, Putri. 2016. *Faktor – faktor yang memengaruhi ibu memijat bayi kedukun bayi di Desa Tunggul Sragen*. Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Diakses pada 10 Oktober 2017.
- Roesli, Utami. 2010. *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: PT. Trubus Agriwidya
- Siti Rohmah. 2016. *Efektifitas Baby Spa Terhadap Lama Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan di BPM Bidan Siti Fatimah Kota Cimahi Tahun 2016*. *Jurnal Bidan*. Midwife Journal. Volume 2 No. 02, Juli 2016, pISSN 2477-3441. eISSN 2477-345X. Diakses pada tanggal 20 April 2016.
- Saryono. 2010. *Metodologi Penelitian Kebidanan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Septiari, Bety Bea. 2012. *Mencetak Balita Cerdas dan Pola Asuh Orang Tua*. Yogyakarta: Medical Book.
- Subakti. 2008. *Keajaiban Pijat Bayi dan Balita*. Jakarta: PT Wahyu Media.
- Sudarti. 2015. *Hubungan Antara Pijat Bayi Dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 6-12 Bulan Di Bpm Atika, A.Md. Keb. Kabupaten Madiun Tahun 2015*. Akademi Kebidanan Madiun.
- Sugiyono. 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: ALFABETA.