

PIJAT BAYI TERHADAP DURASI MENYUSU PADA BAYI

Anita Ningsih Simangunsong¹, Rifa Yanti², Fajar Sari Tanberika³, Nurhidaya Fitria⁴
Institut Kesehatan dan Teknologi Al Insyirah^{1,2,3,4}
anitaasky123@gmail.com¹

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusui pada bayi di Desa Danau Rambai Wilayah Kerja Puskesmas Batang Gansal Kabupaten Indragiri Hulu. Metode yang digunakan adalah pendekatan kuantitatif dengan desain Pre eksperimental One Group Pretest–Posttest tanpa kelompok kontrol. Hasil penelitian menggunakan wilcoxon signed rank test diperoleh nilai p value $0,000 < 0,05$. Simpulan, terdapat pengaruh intervensi pijat bayi terhadap durasi menyusui pada bayi di Desa Danau Rambai Wilayah Kerja Puskesmas Batang Gansal Kabupaten Indragiri Hulu Tahun 2025.

Kata Kunci : Bayi, Durasi Menyusu, Pijat Bayi

ABSTRACT

This study aimed to determine the effect of infant massage on breastfeeding duration in infants in Danau Rambai Village, within the Batang Gansal Community Health Center (Puskesmas), Indragiri Hulu Regency. The method used was a quantitative approach with a pre-experimental, one-group pretest-posttest design without a control group. The results of the study, using the Wilcoxon signed-rank test, yielded a p-value of $0.000 < 0.05$. In conclusion, there is an effect of infant massage intervention on breastfeeding duration in infants in Danau Rambai Village, within the Batang Gansal Community Health Center, Indragiri Hulu Regency, in 2025.

Keywords: Infants, Breastfeeding Duration, Infant Massage

PENDAHULUAN

Pemberian Air Susu Ibu (ASI) merupakan komponen utama dalam pemenuhan kebutuhan gizi bayi pada awal kehidupan. ASI tidak hanya berperan sebagai sumber nutrisi, tetapi juga mengandung antibodi dan faktor bioaktif yang penting untuk mendukung sistem imun dan tumbuh kembang bayi secara optimal. Organisasi Kesehatan Dunia merekomendasikan pemberian ASI eksklusif selama enam bulan pertama kehidupan karena terbukti mampu menurunkan angka kesakitan dan kematian bayi serta meningkatkan kualitas kesehatan anak secara jangka panjang (WHO, 2023b). Keberhasilan pemberian ASI salah satunya dapat dilihat dari durasi menyusui, yang mencerminkan efektivitas proses menyusui dan kecukupan asupan ASI yang diterima bayi.

Berdasarkan *Global Breastfeeding Scorecard 2024* yang dirilis oleh WHO dan UNICEF, cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi usia di bawah enam bulan secara global mencapai sekitar 48%, mendekati target *World Health Assembly* tahun 2025

sebesar 50%, namun masih jauh dari target global 2030 sebesar 70%. Capaian ini menunjukkan adanya kemajuan, tetapi sekaligus menegaskan perlunya penguatan kebijakan dan program promotif–preventif untuk meningkatkan praktik menyusui secara berkelanjutan. Keberhasilan ASI eksklusif secara global sangat dipengaruhi oleh dukungan kebijakan nasional, sistem pelayanan kesehatan, serta lingkungan sosial dan kerja yang mendukung ibu menyusui (UNICEF, 2024; WHO, 2025).

Di kawasan Asia Tenggara, cakupan ASI eksklusif menunjukkan variasi yang signifikan antarnegara. Indonesia menempati posisi tertinggi dengan cakupan 72,13%, diikuti Myanmar, Timor-Leste, dan Filipina yang telah melampaui atau mendekati ambang 60%. Sebaliknya, beberapa negara lain seperti Thailand, Malaysia, Singapura, dan Vietnam masih berada di bawah rata-rata global. Menariknya, negara maju seperti Amerika Serikat, Australia, dan Inggris juga mencatat cakupan ASI eksklusif yang relatif rendah, menunjukkan bahwa tingkat pembangunan ekonomi tidak selalu sejalan dengan keberhasilan praktik menyusui. Temuan ini menegaskan pentingnya pendekatan kebijakan yang komprehensif dan kontekstual dalam meningkatkan cakupan ASI eksklusif (BPS, 2025).

Capaian cakupan ASI eksklusif di berbagai kota besar di Indonesia mencerminkan efektivitas implementasi Peraturan Daerah (PERDA) mengenai pemberian ASI di tingkat lokal. Kota Yogyakarta dan Kota Semarang menjadi wilayah dengan performa tertinggi, di mana angka cakupan masing-masing telah melampaui 74%, yang menunjukkan integrasi yang baik antara layanan kesehatan primer dengan dukungan komunitas bagi ibu menyusui (Kemenkes RI., 2024a). Sementara itu, kota metropolitan seperti Jakarta Pusat dan Surabaya berada pada kisaran 70-71%, yang didorong oleh tingginya kesadaran pekerja wanita dan ketersediaan ruang laktasi di tempat kerja sesuai amanat undang-undang (BPS, 2025).

Meskipun secara nasional tren ini meningkat, beberapa kota seperti Medan dan Kupang masih menghadapi tantangan dalam mempertahankan konsistensi pemberian ASI hingga usia enam bulan, dengan angka yang masih berada di bawah 60%. Disparitas ini sering kali dipengaruhi oleh faktor beban kerja ibu, maraknya promosi susu formula di wilayah perkotaan, serta kurangnya pendampingan konselor laktasi di tingkat Puskesmas (Kemenkes RI., 2024b). Oleh karena itu, penguatan kebijakan lokal dan pengawasan terhadap kode internasional pemasaran produk pengganti ASI menjadi kunci utama untuk mencapai target nasional yang lebih tinggi pada tahun 2030.

Dalam praktik sehari-hari, masih ditemukan berbagai permasalahan terkait proses menyusui, terutama durasi menyusu yang relatif singkat. Bayi yang menyusu dalam waktu singkat berisiko tidak memperoleh ASI secara optimal, yang pada akhirnya dapat memengaruhi status gizi dan pertumbuhan (Rohaya et al., 2024). Beberapa faktor yang memengaruhi kondisi tersebut antara lain kenyamanan bayi, kesiapan refleks menghisap, serta kondisi fisiologis saluran pencernaan bayi. Di wilayah pelayanan kesehatan primer, khususnya puskesmas, kondisi ini masih sering dijumpai dan menjadi perhatian tenaga kesehatan karena dapat berdampak pada keberhasilan program ASI eksklusif (Khotimah et al., 2024).

Salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat dilakukan untuk mendukung proses menyusui adalah pijat bayi. Pijat bayi merupakan bentuk stimulasi sentuhan yang dilakukan secara lembut dan terstruktur untuk merangsang sistem saraf, peredaran darah, dan sistem pencernaan bayi (Karlinah et al., 2025). Sentuhan melalui pijat bayi diketahui dapat memberikan efek relaksasi, meningkatkan kenyamanan, serta membantu memperbaiki fungsi fisiologis bayi. Penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi dapat

meningkatkan aktivitas nervus vagus yang berperan dalam meningkatkan motilitas saluran cerna dan rasa lapar, sehingga bayi cenderung menyusu lebih lama dan lebih sering (Fahmi & Julainah, 2025).

Penelitian yang dilakukan oleh Gunarmi et al., (2024) menemukan adanya peningkatan durasi menyusu yang signifikan pada bayi usia 0–6 bulan setelah diberikan intervensi pijat bayi secara rutin. Studi lain juga melaporkan bahwa pijat bayi berhubungan dengan peningkatan frekuensi menyusu dan kenaikan berat badan bayi, yang menunjukkan bahwa pijat bayi dapat menjadi intervensi pendukung dalam meningkatkan kualitas menyusui. Selain manfaat fisiologis, pijat bayi juga berperan dalam memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi, yang secara tidak langsung mendukung keberlanjutan praktik menyusui (Wulandari & Kumalasari, 2024).

Meskipun demikian, sebagian besar penelitian mengenai pijat bayi dan menyusui masih dilakukan di wilayah perkotaan atau fasilitas kesehatan dengan akses informasi yang relatif baik. Penelitian yang dilakukan di wilayah pedesaan, khususnya di wilayah kerja puskesmas dengan karakteristik sosial dan budaya yang berbeda, masih terbatas. Padahal, perbedaan lingkungan, tingkat pendidikan ibu, serta dukungan tenaga kesehatan dapat memengaruhi efektivitas intervensi yang diberikan. Oleh karena itu, diperlukan penelitian yang dilakukan secara kontekstual sesuai dengan kondisi masyarakat setempat (Norman & Roggman, 2025).

Berdasarkan latar belakang tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusu pada bayi usia 0–6 bulan di Desa Danau Rambai, wilayah kerja Puskesmas Batang Gansal, Kabupaten Indragiri Hulu. Penelitian ini diharapkan mampu memberikan gambaran empiris mengenai efektivitas pijat bayi sebagai salah satu upaya sederhana dan mudah diterapkan dalam mendukung keberhasilan menyusui.

Kebaruan penelitian ini terletak pada pelaksanaan intervensi pijat bayi di wilayah pedesaan dengan pendekatan quasi-eksperimen serta fokus pengukuran pada durasi menyusu sebagai indikator keberhasilan menyusui. Penelitian ini juga dilakukan pada setting pelayanan kesehatan primer, sehingga hasilnya diharapkan lebih aplikatif dan relevan dengan praktik pelayanan kebidanan dan kesehatan ibu dan anak di puskesmas.

Penelitian ini penting dilakukan karena hasilnya dapat menjadi dasar bagi tenaga kesehatan dalam mengembangkan edukasi dan intervensi pijat bayi sebagai bagian dari pelayanan rutin. Selain itu, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat bagi ibu dalam meningkatkan pemahaman mengenai stimulasi yang dapat mendukung kenyamanan bayi dan meningkatkan durasi menyusu, sehingga berkontribusi pada keberhasilan pemberian ASI eksklusif dan peningkatan status kesehatan bayi secara keseluruhan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain Pre eksperimen One Group Pretest–Posttest. Prosedur penelitian diawali dengan tahap persiapan yang meliputi perizinan dan koordinasi dengan pihak puskesmas serta tenaga kesehatan setempat. Selanjutnya dilakukan penentuan responden berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi menggunakan teknik purposive sampling. Setelah memperoleh persetujuan tertulis dari ibu bayi, dilakukan pengukuran awal durasi menyusu (pretest) sebelum intervensi diberikan.

Intervensi berupa pijat bayi dilaksanakan selama 10–15 menit per hari selama lima hari berturut-turut sesuai dengan standar pijat bayi. Setelah intervensi selesai, dilakukan pengukuran kembali durasi menyusui (posttest) untuk menilai perubahan yang terjadi. Penelitian ini dilaksanakan di wilayah kerja UPT Puskesmas Batang Gansal, Kabupaten Indragiri Hulu, pada periode Agustus hingga November 2025.

Alat pengumpulan data yang digunakan meliputi lembar observasi durasi menyusui, stopwatch untuk mengukur lama waktu menyusui, serta formulir informed consent. Data diperoleh melalui observasi langsung terhadap proses menyusui sebelum dan sesudah intervensi pijat bayi, kemudian dicatat secara sistematis oleh peneliti.

Data yang terkumpul melalui proses editing, coding, dan entry data sebelum dianalisis. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan karakteristik variabel penelitian dan secara bivariat untuk mengetahui pengaruh intervensi pijat bayi terhadap durasi menyusui. Uji statistik yang digunakan adalah Wilcoxon Signed Rank Test karena data tidak berdistribusi normal. Seluruh proses analisis dilakukan dengan bantuan perangkat lunak pengolah data statistik.

HASIL PENELITIAN

Tabel. 1
Distribusi Frekuensi Durasi Menyusui pada Bayi Sebelum Dilakukan Pijat Bayi

No.	Durasi Menyusui	f	%
1	Pendek (< 10 menit)	13	76,5
2	Normal (10-19 menit)	4	23,5
Total		17	100

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa mayoritas durasi menyusui pada bayi sebelum dilakukan pijat bayi dalam kategori pendek (< 10 menit) sebanyak 13 bayi (76,5%).

Tabel. 2
Gambaran Distribusi Frekuensi Durasi Menyusui pada Bayi Sesudah Dilakukan Pijat Bayi

No.	Durasi Menyusui	f	%
1	Pendek (< 10 menit)	13	76,5
2	Normal (10-19 menit)	4	23,5
Total		17	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas durasi menyusui pada bayi sesudah dilakukan pijat bayi dalam kategori normal (10-19 menit) sebanyak 13 bayi (76,5%).

Tabel. 3
Analisis Pengaruh Intervensi Pijat Bayi terhadap Durasi Menyusui pada Bayi

Test Statistics	Posttest-Pretest
Z	-4.123b
Asymp. Sig. (2-tailed)	0,000

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan wilcoxon signed rank test diperoleh nilai p value $0,000 < 0,05$, maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh

intervensi pijat bayi terhadap durasi menyusui pada bayi di Desa Danau Rambai Wilayah Kerja Puskesmas Batang Gansal Kabupaten Indragiri Hulu Tahun 2025.

PEMBAHASAN

Pembahasan penelitian ini disusun berdasarkan kerangka berpikir bahwa pijat bayi merupakan bentuk stimulasi sentuhan yang dapat memberikan pengaruh fisiologis dan psikologis terhadap bayi, yang selanjutnya berdampak pada proses menyusui. Sentuhan yang diberikan melalui pijat bayi mampu merangsang sistem saraf parasimpatis, khususnya nervus vagus, yang berperan penting dalam pengaturan sistem pencernaan, pernapasan, dan respons relaksasi. Aktivasi sistem ini dapat meningkatkan kenyamanan bayi, memperbaiki motilitas gastrointestinal, serta menstimulasi rasa lapar, sehingga bayi menjadi lebih siap dan lebih lama dalam menyusui (Khotimah et al., 2024).

Sistematika pembahasan dalam penelitian ini diawali dengan pemaparan hasil analisis durasi menyusui sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pijat bayi. Selanjutnya, hasil tersebut diinterpretasikan berdasarkan teori dan temuan penelitian sebelumnya yang relevan. Pembahasan kemudian diarahkan pada makna klinis dan implikasi praktis dari hasil penelitian dalam konteks pelayanan kesehatan ibu dan anak, khususnya di tingkat pelayanan kesehatan primer seperti puskesmas.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat peningkatan durasi menyusui setelah diberikan intervensi pijat bayi. Temuan ini mengindikasikan bahwa pijat bayi memiliki peran positif dalam mendukung proses menyusui. Peningkatan durasi menyusui mencerminkan bahwa bayi mampu menyusui lebih efektif dan dalam kondisi yang lebih nyaman dibandingkan sebelum intervensi. Hal ini sejalan dengan konsep bahwa kenyamanan dan kesiapan fisiologis bayi sangat memengaruhi keberhasilan proses menyusui (Gunarmi et al., 2024).

Secara fisiologis, pijat bayi dapat meningkatkan aliran darah dan oksigenasi jaringan, termasuk pada saluran pencernaan. Kondisi ini berkontribusi terhadap peningkatan aktivitas pencernaan dan penyerapan nutrisi, sehingga bayi lebih cepat merasa lapar setelah dipijat. Rasa lapar yang meningkat akan mendorong bayi untuk menyusui lebih lama dan lebih sering, yang pada akhirnya berdampak pada peningkatan durasi menyusui dalam satu sesi menyusui. Mekanisme ini telah dijelaskan dalam penelitian yang menyebutkan bahwa pijat bayi berhubungan dengan peningkatan aktivitas nervus vagus dan hormon pencernaan (Rahmawati et al., 2025). Selain dampak fisiologis, pijat bayi juga memberikan efek psikologis yang signifikan. Sentuhan lembut selama pijat menciptakan rasa aman dan nyaman pada bayi, mengurangi stres, serta menurunkan kadar hormon kortisol (Abukasim & Novianty, 2025). Bayi yang berada dalam kondisi rileks cenderung tidak rewel dan mampu mempertahankan aktivitas menyusui dalam waktu yang lebih lama. Kondisi ini memperkuat pandangan bahwa aspek emosional bayi berperan penting dalam keberhasilan proses menyusui (Manullang et al., 2025).

Temuan penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Gunarmi et al., (2024) yang melaporkan adanya peningkatan durasi menyusui secara signifikan pada bayi usia 0–6 bulan setelah diberikan intervensi pijat bayi secara rutin. Penelitian tersebut menyimpulkan bahwa pijat bayi dapat menjadi intervensi pendukung yang efektif dalam meningkatkan kualitas menyusui, khususnya pada bayi yang sebelumnya menunjukkan durasi menyusui yang pendek. Penelitian lain yang dilakukan oleh Harahap et al., (2024) hasil penelitian tersebut menyatakan bahwa dari 20 orang bayi terdapat 10 orang bayi yang dilakukan pijat bayi dan 10 orang bayi tidak

di lakukan pijat bayi, bayi yang diberikan pijat bayi durasi menyusui bayi lebih dari 10 menit yang artinya baik, dan 10 orang bayi yang tidak dilakukan pijat bayi terdapat 9 orang bayi yang mengalami durasi menyusui lebih singkat atau kurang dari 10 menit yang artinya tidak baik, yang berarti terdapat pengaruh pijat bayi terhadap durasi menyusui pada bayi.

Dalam konteks pelayanan kesehatan primer, hasil penelitian ini memiliki relevansi yang tinggi. Pijat bayi merupakan intervensi nonfarmakologis yang relatif mudah dilakukan, tidak memerlukan peralatan khusus, serta dapat diajarkan kepada ibu melalui edukasi sederhana oleh tenaga kesehatan (Fitria & Dewi, 2024). Oleh karena itu, pijat bayi berpotensi untuk diintegrasikan ke dalam program pelayanan kesehatan ibu dan anak di puskesmas sebagai bagian dari upaya promotif dan preventif dalam mendukung pemberian ASI eksklusif (WHO, 2023a).

Selain itu, penerapan pijat bayi juga dapat memperkuat peran ibu dalam perawatan bayinya. Keterlibatan ibu secara langsung dalam proses pijat bayi tidak hanya memberikan manfaat bagi bayi, tetapi juga meningkatkan kepercayaan diri ibu dalam merawat dan menyusui bayinya (Wardani et al., 2025). Ikatan emosional yang terbentuk melalui sentuhan selama pijat bayi dapat meningkatkan sensitivitas ibu terhadap kebutuhan bayi, termasuk dalam proses menyusui, sehingga mendukung keberlanjutan praktik menyusui (Aini, 2025).

Meskipun hasil penelitian menunjukkan pengaruh positif pijat bayi terhadap durasi menyusui, penelitian ini tetap memiliki keterbatasan. Desain penelitian yang menggunakan satu kelompok tanpa kelompok kontrol memungkinkan adanya faktor lain yang turut memengaruhi hasil penelitian, seperti pola asuh ibu, kondisi kesehatan ibu, dan lingkungan sekitar. Namun demikian, hasil penelitian ini tetap memberikan gambaran empiris yang penting mengenai manfaat pijat bayi dalam konteks pelayanan kesehatan di wilayah pedesaan.

Secara keseluruhan, pembahasan ini menunjukkan bahwa pijat bayi merupakan intervensi yang efektif dan relevan dalam meningkatkan durasi menyusui pada bayi usia 0–6 bulan. Temuan penelitian ini memperkuat hasil riset terdahulu dan memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan praktik kebidanan dan kesehatan ibu dan anak. Dengan demikian, pijat bayi dapat direkomendasikan sebagai salah satu strategi pendukung dalam upaya meningkatkan keberhasilan menyusui dan pencapaian ASI eksklusif di tingkat pelayanan kesehatan primer.

SIMPULAN

Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh intervensi pijat bayi terhadap durasi menyusui pada bayi di Desa Danau Rambai Wilayah Kerja Puskesmas Batang Gansal Kabupaten Indragiri Hulu Tahun 2025.

SARAN

Tenaga kesehatan diharapkan dapat mengintegrasikan pijat bayi sebagai bagian dari pelayanan promotif dan preventif untuk mendukung keberhasilan menyusui, khususnya dalam meningkatkan durasi menyusui. Ibu bayi disarankan untuk menerapkan pijat bayi secara rutin sebagai upaya sederhana dan aman dalam meningkatkan kenyamanan bayi serta kualitas proses menyusui. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan desain penelitian dengan kelompok kontrol dan jumlah sampel yang lebih besar, serta mengkaji variabel lain yang berkaitan dengan keberhasilan menyusui guna memperkuat temuan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abukasim, E., & Novianty, N. (2025). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0–3 Bulan. *RIGGS: Journal of Artificial Intelligence and Digital Business*, 4(4), 419–424. <https://doi.org/10.31004/riggs.v4i4.3418>
- Aini, U. (2025). Pengaruh Pemberian Terapi Pijat Bayi terhadap Durasi Menyusui pada Bayi di Kelurahan Ulak Karang Selatan Kota Padang Tahun 2025. *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 8(2), 519–525. <https://ojs23.uisu.ac.id/index.php/best/article/view/11912>
- BPS. (2025). Percentage of Infants Aged 0-5 Months Receiving Exclusive Breastfeeding by Province (Percent), 2025. *Badan Pusat Statistik*. <https://www.bps.go.id/en/statistics-table/2/MTM0MCMY/percentage-of-infants-aged-0-5-months-receiving-exclusive-breastfeeding-by-province.html>
- Fahmi, Y. B., & Julainah, J. (2025). The Effect of Baby Massage on Weight Gain in Babies Aged 4 – 6 Months in the Working Area of the Kepenuhan Community Health Center. *Nternational Journal of Health, Engineering and Technology (IJHET)*, 4(3), 403–409. <https://doi.org/10.55227/ijhet.v4i3.364>
- Fitria, R., & Dewi, A. R. (2024). Pendidikan Kesehatan terhadap Ibu Hamil dan Menyusui tentang Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi Melalui Pijat Bayi Sehat di Puskesmas Kota Karang. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Jajama (JPMJ)*, 3(1), 42–53. <https://ejournal.pancabhakti.ac.id/index.php/jpmj/article/download/300/178>
- Gunarmi, G., Yulivantina, V., & Herawati, D. (2024). Pengaruh Faktor Determinan terhadap Keberhasilan ASI Eksklusif di Desa Aek Haruaya Kecamatan Portibi Kabupaten Padang Lawas Utara Tahun 2024. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 2(10), 4766–4769. <https://doi.org/10.59837/jpmba.v2i10.1854>
- Harahap, A. S., Siregar, Y. D., & Ismail, I. U. (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Durasi Menyusui Pada Bayi di Bidan Praktek Suwarni Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Fakultas Ilmu Kebidanan Universitas Haji Sumatera Utara. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*, 9(1), 72-76. <https://doi.org/10.51933/health.v9i1.1323>
- Karlinah, N., Irianti, B., Setiawati, S., Israyati, N., & Warlenda, S. V. (2025). Penerapan Pijat Laktasi dan Pijat Oksitosin terhadap Produksi ASI pada Ibu Menyusui Bayi Usia 0-6 Bulan. *Jurnal Medika: Medika*, 4(3), 655–659. <https://jmedika.com/index.php/medika/article/view/268>
- Kemendes RI. (2024a). Agar Ibu dan Bayi Selamat. In *Sehat Negeriku*. Kemendes RI. <https://setjen.kemkes.go.id/medkom/detail/agar-ibu-dan-bayi-selamat>
- Kemendes RI. (2024b). Manfaat Pemberian ASI Eksklusif. In *Kemkes.go.id*. Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/3245/manfaat-pemberian-asi-eksklusif
- Khotimah, K., Satillah, S. A., Fitriani, V., Miranti, M., Maulida, M., Hasmalena, H., Pagarwati, L. D. A., & Zulaiha, D. (2024). Analisis Manfaat Pemberian ASI Eksklusif bagi Ibu Menyusui dan Perkembangan Anak. *PAUDIA: Jurnal Penelitian dalam Bidang Pendidikan Anak Usia Dini*, 13(2), 254–266. <https://doi.org/10.26877/paudia.v13i2.505>
- Manullang, R., Nadeak, Y., Aruan, L. Y., & Zulzirah, L. (2025). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur pada Bayi Umur 3-6 Bulan. *Journal Getsempena Health Science Journal*, 4(1), 78–88. <https://doi.org/10.46244/ghsj.v4i1.3206>

- Norman, V. J., & Roggman, L. A. (2025). Effects of Infant Massage on Infant Attachment Security in a Randomized Controlled Trial. *Infant Behavior and Development*, 78, 102004. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2024.102004>
- Rahmawati, A. P., Yulianti, A., & Rahmawati, N. A. (2025). Pengaruh Baby Massage dan Sensory Play Exercise terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 6-12 Bulan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Media Husada*, 14(1), 68–76. <https://doi.org/10.33475/jikmh.v14i1.441>
- Rohaya, R., Komariah, N., & Suprida, S. (2024). Edukasi pada Ibu Hamil tentang Pemberian ASI Eksklusif. *Madaniya*, 5(2), 486–490. <https://doi.org/https://doi.org/10.53696/27214834.795>
- UNICEF. (2024). Breastfeeding. In *UNICEF DATA*. <https://data.unicef.org/topic/nutrition/breastfeeding/>
- Wardani, R. A., Virgia, V., & Rosyidah, N. N. (2025). Peningkatan Pengetahuan tentang Pijat Bayi Mandiri pada Ibu Menyusui untuk Peningkatan Kualitas Tidur Bayi. *Masyarakat Mandiri dan Berdaya*, 4(2), 83–93. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/mbm/article/view/486>
- WHO. (2023a). *Global Breastfeeding Scorecard 2023*. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-HEP-NFS-23.17>
- WHO. (2023b). Preterm birth. In *Preterm Birth*. World Health Organization: WHO. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/preterm-birth>
- WHO. (2025). *Breastfeeding Brief. 8*. <https://www.who.int/publications/i/item/WHO-NMH-NHD-14.7>
- Wulandari, U. R., & Kumalasari, D. (2024). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Ritme Menyusui: Analisis Durasi dan Frekuensi Pemberian ASI. *Jurnal ILKES (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 15(2), 202–209. <https://garuda.kemdiktisaintek.go.id/documents/detail/4802064>