

Pemberian Edukasi *Pediatric Massage Therapy* untuk Kolik pada Kader Posyandu dan Ibu Bayi

Herma¹, Besse Nia Asniar², Selmiati³, Nurfitriana Roby Hapsari⁴, Sischa Widyawati⁵, Mugi Musrianah⁶, Asri Puspa Dewi⁷, Sahdia⁸, Widayati⁹

¹Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, hermaema9920@gmail.com

²Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, bessenia.asniar@yahoo.com

³Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, selmiaty654@gmail.com

⁴Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, nurfitriana.robby@gmail.com

⁵Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, asripuspadewi22@gmail.com

⁶Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, musrianahmugi@gmail.com

⁷Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, Widiyawatisischa@gmail.com

⁸Kebidanan Program Sarjana, Universitas Ngudi Waluyo, sahdiatengkudacing@gmail.com

Korespondensi Email : hermaema9920@gmail.com

Article Info	Abstract
<i>Article History</i> <i>Submitted, 2026-05-17</i> <i>Accepted, 2026-05-22</i> <i>Published, 2026-06-24</i>	<i>Infantile colic is a common condition in infants characterized by excessive crying without an identifiable cause. This condition can cause discomfort in infants and increase stress among parents. One non-pharmacological method that can help reduce colic symptoms is Pediatric Massage Therapy. This community service program aimed to improve the knowledge and skills of community health volunteers (posyandu cadres) and mothers regarding infantile colic and infant massage techniques. The activity was conducted on May 26, 2026, at Posyandu Bunga Sepatu and involved 20 participants. The methods included health education, demonstrations, hands-on practice, and evaluation through pre-test and post-test questionnaires. The results showed an increase in participants' knowledge, with the proportion of participants in the good knowledge category increasing from 20% in the pre-test to 80% in the post-test. In addition, participants demonstrated a better understanding and ability to perform Pediatric Massage Therapy after the training. These findings indicate that education combined with demonstrations and direct practice is effective in improving participants' understanding. In conclusion, this program successfully enhanced the knowledge and skills of posyandu cadres and mothers in performing Pediatric Massage Therapy as a non-pharmacological approach to help reduce infantile colic symptoms. Therefore, similar educational activities should be implemented continuously to support infant health and well-being.</i>
<i>Keywords: Infantile Colic, Pediatric Massage Therapy, Infant Massage, Health Educatin.</i>	
Kata Kunci: Kolik Infantil, Pediatric Massage Therapy, Pijat Bayi, Edukasi Kesehatan.	
	Abstrak Kolik infantil merupakan kondisi yang sering terjadi pada bayi dan ditandai dengan tangisan berlebihan tanpa penyebab yang jelas. Kondisi ini dapat menyebabkan

ketidaknyamanan pada bayi serta meningkatkan stres pada orang tua. Salah satu metode nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi gejala kolik adalah *Pediatric Massage Therapy*. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta ibu bayi mengenai kolik infantil dan teknik pijat bayi. Kegiatan dilaksanakan pada 26 Mei 2026 di Posyandu Bunga Sepatu dengan melibatkan 20 peserta. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, serta evaluasi melalui pre-test dan post-test. Hasil menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan peserta, dimana kategori pengetahuan baik meningkat dari 20% saat pre-test menjadi 80% pada post-test. Selain itu, seluruh peserta mampu memahami dan mempraktikkan teknik *Pediatric Massage Therapy* dengan lebih baik setelah mengikuti kegiatan. Peningkatan ini menunjukkan bahwa edukasi yang disertai demonstrasi dan praktik langsung efektif dalam meningkatkan pemahaman peserta. Kegiatan ini dapat disimpulkan berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta ibu bayi dalam melakukan *Pediatric Massage Therapy* sebagai upaya nonfarmakologis untuk membantu mengurangi gejala kolik pada bayi. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilakukan secara berkelanjutan untuk mendukung kesehatan dan kenyamanan bayi.

Pendahuluan

Masa bayi merupakan periode emas dalam proses pertumbuhan dan perkembangan yang sangat menentukan kualitas kesehatan anak di masa mendatang. Pada fase ini, bayi mengalami berbagai proses adaptasi fisiologis terhadap lingkungan di luar kandungan sehingga memerlukan perhatian, pemantauan, dan stimulasi yang optimal dari orang tua maupun tenaga kesehatan. Salah satu masalah yang cukup sering terjadi pada bayi adalah kolik infantil, yaitu kondisi ketika bayi menangis berlebihan dalam waktu yang lama tanpa penyebab organik yang jelas meskipun dalam keadaan sehat. Kolik umumnya muncul pada beberapa minggu pertama kehidupan, mencapai puncak pada usia sekitar 6–8 minggu, dan berangsur membaik ketika bayi berusia 3–4 bulan (Marmi, 2018).

Kolik infantil masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang sering dikeluhkan oleh orang tua. Penelitian yang dilakukan oleh Doan (2026), menunjukkan bahwa prevalensi kolik infantil pada bayi usia 3–21 minggu mencapai 17,2%, dengan angka kejadian tertinggi pada usia 7–9 minggu sebesar 23,7%. Kondisi ini tidak hanya menimbulkan ketidaknyamanan pada bayi, tetapi juga dapat berdampak pada kesehatan psikologis orang tua. Tangisan yang berlangsung terus-menerus sering menyebabkan ibu dan keluarga merasa cemas, lelah, stres, bahkan kurang percaya diri dalam merawat bayi. Oleh karena itu, diperlukan upaya penanganan yang efektif, aman, dan mudah diterapkan oleh keluarga untuk membantu mengurangi gejala kolik pada bayi (Jakobsson & Lindberg, 1983; Switkowski et al., 2025).

Berbagai metode telah digunakan untuk mengatasi kolik infantil, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Salah satu pendekatan nonfarmakologis yang saat ini banyak direkomendasikan adalah *Pediatric Massage Therapy* atau pijat bayi. *Pediatric Massage Therapy* merupakan teknik sentuhan dan pijatan lembut yang dilakukan secara

sistematis pada tubuh bayi untuk memberikan rasa nyaman, meningkatkan relaksasi, melancarkan sirkulasi darah, merangsang fungsi pencernaan, serta membantu pengeluaran gas yang terperangkap di dalam saluran cerna. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi dapat membantu menurunkan frekuensi dan durasi tangisan, meningkatkan kualitas tidur, serta membuat bayi lebih tenang dan nyaman (Sheidaei et al., 2016)

Selain memberikan manfaat bagi bayi, Pediatric Massage Therapy juga memiliki dampak positif bagi orang tua, khususnya ibu. Aktivitas pijat bayi memungkinkan terjadinya kontak fisik dan interaksi yang lebih intens sehingga dapat memperkuat *bonding attachment* antara ibu dan bayi. Kedekatan emosional yang terjalin melalui sentuhan selama proses pijat dapat meningkatkan rasa percaya diri ibu dalam merawat bayi serta membantu menciptakan hubungan yang lebih harmonis antara ibu dan anak. Keunggulan lain dari terapi ini adalah mudah dipelajari, aman dilakukan, tidak memerlukan biaya yang besar, dan dapat diterapkan secara mandiri di rumah setelah mendapatkan edukasi yang benar (Akçay Didişen et al., 2020).

Berdasarkan data wilayah kerja Posyandu Bunga Sepatu, masih terdapat sejumlah bayi usia 0–1 tahun yang memerlukan pemantauan tumbuh kembang serta pendampingan kesehatan dari kader posyandu dan tenaga kesehatan. Namun, hasil observasi awal menunjukkan bahwa kader posyandu maupun ibu yang memiliki bayi belum pernah mendapatkan edukasi maupun pelatihan mengenai Pediatric Massage Therapy sebagai salah satu upaya penanganan kolik infantil. Sebagian besar ibu belum memahami manfaat pijat bayi serta teknik yang tepat dan aman untuk membantu mengurangi ketidaknyamanan akibat kolik. Demikian pula kader posyandu masih memiliki keterbatasan pengetahuan dan keterampilan dalam memberikan edukasi terkait pijat bayi kepada masyarakat.

Kurangnya pengetahuan dan keterampilan tersebut menyebabkan penanganan kolik pada bayi di lingkungan posyandu masih terbatas pada upaya sederhana, seperti menggendong atau menenangkan bayi ketika menangis. Padahal, *Pediatric Massage Therapy* merupakan salah satu metode yang mudah diterapkan dan berpotensi menjadi intervensi awal yang efektif dalam membantu mengurangi gejala kolik. Oleh karena itu, diperlukan kegiatan edukasi dan pelatihan *Pediatric Massage Therapy* bagi kader posyandu dan ibu bayi agar memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai dalam melakukan pijat bayi secara benar dan aman.

Berdasarkan kondisi tersebut, kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Pemberian Edukasi *Pediatric Massage Therapy* untuk Kolik pada Kader Posyandu dan Ibu Bayi perlu dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan peserta mengenai kolik infantil dan manfaat Pediatric Massage Therapy, serta meningkatkan keterampilan kader posyandu dan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Melalui kegiatan ini diharapkan terjadi peningkatan kapasitas kader sebagai edukator kesehatan masyarakat, meningkatnya kemampuan keluarga dalam menangani kolik secara nonfarmakologis, serta terciptanya upaya promotif dan preventif yang dapat mendukung tumbuh kembang bayi secara optimal.

Metode

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 26 Mei 2026 di Posyandu Bunga Sepatu dengan sasaran kader posyandu serta ibu yang memiliki bayi atau balita. Jumlah peserta yang mengikuti kegiatan sebanyak 20 orang, yang terdiri dari 6 kader posyandu dan 14 ibu yang memiliki bayi atau balita. Metode yang digunakan berupa edukasi kesehatan, demonstrasi, dan praktik langsung Pediatric Massage Therapy untuk membantu mengurangi keluhan kolik pada bayi. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap perizinan dan koordinasi dengan pihak Posyandu Bunga Sepatu, dilanjutkan dengan persiapan materi, leaflet, media presentasi, phantom bayi, serta instrumen evaluasi. Sebelum penyampaian materi, peserta diberikan pre-test menggunakan kuesioner pengetahuan yang terdiri dari 15 pertanyaan benar-salah mengenai pengertian kolik, tanda dan gejala kolik, manfaat Pediatric Massage Therapy, teknik pijat kolik bayi, keamanan

pelaksanaan pijat, serta peran kader dan orang tua dalam penanganan kolik. Selanjutnya dilakukan penyuluhan kesehatan dan demonstrasi teknik *Pediatric Massage Therapy*, kemudian peserta diberikan kesempatan untuk mempraktikkan teknik pijat secara langsung dengan pendampingan tim pelaksana. Setelah kegiatan selesai, dilakukan post-test menggunakan kuesioner yang sama untuk mengukur perubahan tingkat pengetahuan peserta setelah memperoleh edukasi. Keberhasilan kegiatan dinilai berdasarkan peningkatan skor pengetahuan peserta dari hasil pre-test dan post-test serta kemampuan peserta dalam mempraktikkan teknik *Pediatric Massage Therapy* dengan benar selama sesi demonstrasi dan praktik berlangsung.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa edukasi dan demonstrasi *Pediatric Massage Therapy* untuk kolik pada bayi dilaksanakan pada tanggal 26 Mei 2026 di Posyandu Bunga Sepatu. Kegiatan ini diikuti oleh kader posyandu dan ibu yang memiliki bayi/balita. Pelaksanaan kegiatan diawali dengan registrasi peserta, pengisian kuesioner pre-test untuk mengukur tingkat pengetahuan awal peserta, dilanjutkan dengan penyampaian materi mengenai kolik pada bayi dan *Pediatric Massage Therapy*, demonstrasi teknik pijat kolik, praktik langsung peserta dengan pendampingan tim pelaksana, serta diakhiri dengan pengisian kuesioner post-test sebagai evaluasi peningkatan pengetahuan peserta.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Status Peserta		
Kader Posyandu	6	30
Ibu Bayi/Balita	14	70
Usia		
< 25 tahun	5	25
25–35 tahun	10	50
> 35 tahun	5	25
Pendidikan Terakhir		
SMP	3	15
SMA	12	60
Perguruan Tinggi	5	25
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 1, kegiatan edukasi dan demonstrasi *Pediatric Massage Therapy* diikuti oleh 20 responden yang terdiri dari kader posyandu dan ibu bayi/balita. Sebagian besar responden berada pada kelompok usia 25–35 tahun yaitu sebanyak 10 orang (50%), sedangkan responden berusia kurang dari 25 tahun dan lebih dari 35 tahun masing-masing sebanyak 5 orang (25%). Berdasarkan tingkat pendidikan, mayoritas responden berpendidikan SMA sebanyak 12 orang (60%), diikuti perguruan tinggi sebanyak 5 orang (25%), dan SMP sebanyak 3 orang (15%). Berdasarkan status peserta, sebagian besar responden merupakan ibu bayi/balita sebanyak 14 orang (70%), sedangkan kader posyandu sebanyak 6 orang (30%). Karakteristik tersebut menunjukkan bahwa mayoritas peserta berada pada usia produktif dengan tingkat pendidikan yang cukup baik sehingga mendukung penerimaan informasi kesehatan yang diberikan selama kegiatan edukasi.

Pada awal kegiatan pengabdian masyarakat, peserta diberikan *pre-test* yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan kader posyandu dan ibu bayi/balita mengenai kolik pada bayi serta *Pediatric Massage Therapy* sebagai penanganan nonfarmakologis kolik. Setelah dilakukan penyuluhan kesehatan, demonstrasi, dan praktik langsung, peserta kembali diberikan *post-test* untuk mengevaluasi peningkatan pengetahuan setelah mengikuti kegiatan edukasi. Adapun hasil pre-test dan post-test disajikan pada Tabel 2.

Tabel 2. Gambaran Tingkat Pengetahuan Peserta Sebelum dan Sesudah Edukasi *Pediatric Massage Therapy*

Tingkat Pengetahuan	Pre-Test n (%)	Post-Test n (%)
Baik	4 (20%)	16 (80%)
Cukup	8 (40%)	4 (20%)
Kurang	8 (40%)	0 (0%)
Total	20 (100%)	20 (100%)

Berdasarkan Tabel 2 sebelum diberikan edukasi sebagian besar peserta memiliki tingkat pengetahuan kategori cukup dan kurang, masing-masing sebanyak 8 orang (40%), sedangkan peserta dengan pengetahuan baik hanya 4 orang (20%). Setelah diberikan edukasi dan demonstrasi *Pediatric Massage Therapy*, terjadi peningkatan pengetahuan yang ditunjukkan dengan bertambahnya jumlah peserta yang memiliki tingkat pengetahuan baik menjadi 16 orang (80%). Selain itu, tidak terdapat lagi peserta dengan kategori pengetahuan kurang pada saat post-test. Hasil ini menunjukkan bahwa kegiatan edukasi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan kader posyandu dan ibu bayi/balita mengenai kolik pada bayi serta teknik *Pediatric Massage Therapy* sebagai upaya nonfarmakologis untuk membantu mengurangi ketidaknyamanan akibat kolik.



Gambar 1. Kegiatan *Pediatric Massage Therapy* di Posyandu Bunga Sepatu

Untuk mengetahui lebih lanjut aspek pengetahuan yang masih kurang dipahami oleh peserta sebelum edukasi, dilakukan analisis terhadap setiap butir pertanyaan pada pre-test. Hasil analisis menunjukkan bahwa masih terdapat beberapa materi yang memiliki persentase jawaban salah cukup tinggi, terutama yang berkaitan dengan teknik pelaksanaan dan keamanan *Pediatric Massage Therapy*.

Pertanyaan mengenai teknik ILU (*I Love You*) sebagai salah satu teknik pijat kolik pada bayi merupakan pertanyaan dengan jumlah jawaban salah tertinggi, yaitu sebanyak 13 peserta (65%). Hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar peserta belum memahami teknik spesifik dalam *Pediatric Massage Therapy* untuk mengatasi kolik. Teknik ILU merupakan metode pijat pada area abdomen yang dilakukan mengikuti arah usus besar untuk membantu memperlancar pergerakan gas dan mengurangi ketidaknyamanan pada bayi yang mengalami kolik. Menurut penelitian oleh Hutasuhut (2018) pijat bayi yang dilakukan dengan teknik yang tepat dapat membantu meningkatkan kenyamanan, mengurangi tangisan, serta mendukung fungsi pencernaan bayi.

Sementara itu, pertanyaan tentang bayi yang sedang mengalami demam tinggi tidak dianjurkan untuk dipijat dijawab salah oleh 9 peserta (45%). Hal ini menunjukkan bahwa pemahaman peserta mengenai kontraindikasi atau kondisi yang perlu diperhatikan sebelum melakukan pijat bayi masih terbatas. Pijat bayi tidak dianjurkan ketika bayi sedang mengalami demam tinggi, infeksi akut, atau kondisi kesehatan tertentu karena dapat meningkatkan ketidaknyamanan dan berpotensi memperburuk kondisi bayi. Oleh karena itu, pengetahuan mengenai indikasi dan kontraindikasi pijat sangat penting untuk menjamin keamanan selama pelaksanaan terapi (Hutasuhut, 2018; Sumardiko et al., 2025).

Selain itu, pertanyaan mengenai arah pijatan pada perut bayi yang dilakukan searah jarum jam juga masih banyak dijawab salah oleh peserta, yaitu sekitar 35%. Hal ini menunjukkan bahwa peserta belum sepenuhnya memahami teknik dasar pelaksanaan pijat

kolik. Secara anatomi, pijatan pada perut bayi dilakukan searah jarum jam karena mengikuti arah perjalanan usus besar, sehingga dapat membantu mendorong pergerakan gas dan meningkatkan motilitas usus. Menurut teori pijat bayi yang dikemukakan oleh Rachman et al., (2021) gerakan pijat yang mengikuti arah sistem pencernaan bayi dapat membantu mengurangi kembung, konstipasi, dan ketidaknyamanan pada saluran cerna.

Hal tersebut menunjukkan bahwa sebelum edukasi dilaksanakan, peserta masih mengalami kesulitan dalam memahami aspek teknis dan prinsip dasar pelaksanaan *Pediatric Massage Therapy*. Oleh karena itu, kegiatan edukasi tidak hanya berfokus pada penyampaian materi, tetapi juga disertai demonstrasi dan praktik langsung agar peserta dapat memahami serta menerapkan teknik pijat kolik dengan benar. Hasil kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan yang signifikan setelah diberikan penyuluhan dan praktik *Pediatric Massage Therapy*. Peningkatan ini terlihat dari bertambahnya jumlah peserta yang memiliki tingkat pengetahuan baik dari 20% pada saat *pre-test* menjadi 80% pada saat *post-test*. Hasil tersebut menunjukkan bahwa metode edukasi yang dipadukan dengan demonstrasi dan praktik langsung mampu meningkatkan pemahaman peserta mengenai kolik pada bayi, manfaat *Pediatric Massage Therapy*, serta teknik pijat yang benar dan aman untuk dilakukan di rumah.

Peningkatan pengetahuan peserta terjadi karena materi disampaikan secara interaktif menggunakan media edukasi berupa leaflet, demonstrasi pada phantom bayi, serta kesempatan praktik langsung yang memungkinkan peserta memperoleh pengalaman belajar secara visual dan kinestetik. Menurut Notoatmodjo (2018) pendidikan kesehatan merupakan upaya yang bertujuan meningkatkan pengetahuan dan kemampuan individu melalui proses pembelajaran sehingga terjadi perubahan perilaku ke arah yang lebih baik. Semakin banyak informasi yang diterima seseorang, maka semakin baik pula pemahamannya terhadap suatu masalah kesehatan.

Hasil kegiatan ini sejalan dengan penelitian Sheidaei et al., (2016) yang menyatakan bahwa terapi pijat efektif dalam mengurangi gejala kolik infantil, termasuk menurunkan frekuensi dan durasi tangisan, mengurangi tingkat keparahan kolik, serta meningkatkan durasi tidur bayi. Dalam penelitian tersebut, bayi yang mendapatkan terapi pijat selama satu minggu menunjukkan perbaikan gejala kolik yang lebih signifikan dibandingkan bayi yang hanya diberikan metode mengayun (*rocking*). Hal tersebut menunjukkan bahwa pijat bayi merupakan salah satu intervensi nonfarmakologis yang aman dan efektif untuk membantu mengurangi ketidaknyamanan akibat kolik pada bayi.

Hasil kegiatan ini didukung oleh penelitian Rachman et al., (2021), menunjukkan adanya hubungan antara terapi teknik pijat bayi dengan keluhan kolik pada bayi di Klinik Hanaya Mom and Baby Spa Kabupaten Sumedang dengan nilai signifikansi $p = 0,013$ ($<0,05$). Penelitian tersebut membuktikan bahwa bayi yang mendapatkan terapi pijat memiliki keluhan kolik yang lebih rendah dibandingkan bayi yang tidak mendapatkan terapi pijat. Hasil ini memperkuat bahwa edukasi dan pelatihan teknik pijat bayi kepada ibu maupun kader kesehatan penting dilakukan sebagai upaya nonfarmakologis yang aman, mudah diterapkan, dan efektif dalam membantu mengatasi kolik pada bayi.

Selain itu, penelitian yang dilakukan oleh Akdogan & Yildiz (2025) menunjukkan bahwa terapi pijat bayi efektif dalam menurunkan frekuensi gejala kolik dan durasi menangis pada bayi dibandingkan kelompok kontrol ($p < 0,001$). Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa stimulasi melalui pijat dapat memberikan efek relaksasi, meningkatkan kenyamanan bayi, serta membantu mengurangi ketidaknyamanan akibat kolik. Hal ini sejalan dengan kondisi bayi pada kasus yang diasuh, di mana pemberian edukasi dan praktik pijat bayi menjadi salah satu upaya nonfarmakologis yang dapat mendukung penanganan kolik infantil. Oleh karena itu, pijat bayi dapat dipertimbangkan sebagai intervensi komplementer yang aman dan efektif untuk membantu mengurangi gejala kolik serta meningkatkan kenyamanan bayi dan orang tua.

Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan demonstrasi dan praktik langsung juga membantu peserta memahami langkah-langkah *Pediatric Massage Therapy* secara lebih

mudah dibandingkan hanya melalui metode ceramah. Peserta dapat mengamati secara langsung teknik pijatan yang benar, kemudian mempraktikkannya dengan pendampingan sehingga keterampilan yang diperoleh menjadi lebih optimal. Metode pembelajaran melalui demonstrasi dan praktik terbukti lebih efektif dalam meningkatkan kemampuan psikomotor karena peserta tidak hanya menerima informasi secara teoritis, tetapi juga memperoleh pengalaman langsung dalam melakukan tindakan.

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk terapi sentuhan yang memberikan berbagai manfaat bagi kesehatan dan tumbuh kembang bayi. Menurut Sumardiko et al., (2025) manfaat pijat bayi antara lain meningkatkan berat badan, memperbaiki pola tidur, mendukung perkembangan neuromotor, memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi, serta membantu meningkatkan fungsi sistem pencernaan dan sirkulasi darah. Pijatan yang dilakukan pada area abdomen dapat merangsang aktivitas nervus vagus sehingga meningkatkan sekresi hormon pencernaan seperti insulin dan gastrin yang berperan dalam memperlancar proses pencernaan. Oleh karena itu, *Pediatric Massage Therapy* tidak hanya bermanfaat untuk membantu mengurangi gejala kolik, tetapi juga berkontribusi terhadap peningkatan kesehatan dan kenyamanan bayi secara keseluruhan.

Kolik infantil merupakan kondisi yang sering terjadi pada bayi usia kurang dari tiga bulan dan ditandai dengan episode menangis berlebihan tanpa penyebab yang jelas. Berdasarkan kriteria Wessel, bayi dikatakan mengalami kolik apabila menangis selama tiga jam atau lebih dalam sehari, setidaknya tiga hari dalam seminggu, dan berlangsung selama tiga minggu berturut-turut. Meskipun umumnya bersifat sementara dan tidak berhubungan dengan penyakit serius, kolik dapat menyebabkan gangguan tidur pada bayi serta meningkatkan stres, kecemasan, dan kelelahan pada orang tua, terutama ibu (Muhardi et al., 2022). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu maupun kader kesehatan mengenai penanganan kolik melalui *Pediatric Massage Therapy* menjadi langkah penting dalam mendukung kesehatan bayi

Simpulan dan Saran

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi dan demonstrasi *Pediatric Massage Therapy* untuk penanganan kolik pada bayi di Posyandu Bunga Sepatu berhasil meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu serta ibu bayi/balita mengenai kolik infantil dan teknik pijat bayi yang benar dan aman. Peningkatan pengetahuan terlihat dari hasil *pre-test* dan *post-test*, di mana peserta dengan kategori pengetahuan baik meningkat dari 20% menjadi 80%, sedangkan peserta dengan kategori pengetahuan kurang menurun dari 40% menjadi 0%. Selain meningkatkan pengetahuan, kegiatan ini juga memberikan keterampilan praktis kepada peserta dalam melakukan *Pediatric Massage Therapy* sebagai upaya nonfarmakologis untuk membantu mengurangi gejala kolik pada bayi, meningkatkan kenyamanan dan kualitas tidur bayi, mendukung fungsi pencernaan, serta memperkuat ikatan emosional antara ibu dan bayi.

Berdasarkan hasil tersebut, kader posyandu dan ibu bayi diharapkan dapat menerapkan dan mengembangkan pengetahuan serta keterampilan yang telah diperoleh dalam kehidupan sehari-hari. Posyandu dan tenaga kesehatan juga diharapkan dapat menyelenggarakan kegiatan edukasi dan pelatihan pijat bayi secara rutin serta memberikan pendampingan berkelanjutan agar teknik pijat bayi dapat dilakukan dengan benar, aman, dan memberikan manfaat optimal bagi kesehatan dan tumbuh kembang bayi. Selain itu, kegiatan pengabdian serupa perlu dikembangkan dengan melibatkan jumlah peserta yang lebih banyak dan disertai evaluasi jangka panjang untuk menilai keberlanjutan penerapan *Pediatric Massage Therapy* di masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Penulis menyampaikan penghargaan dan terima kasih kepada Universitas Ngudi Waluyo atas dukungan, fasilitas, dan kesempatan yang diberikan sehingga kegiatan serta penyusunan karya ilmiah ini dapat terlaksana dengan baik. Ucapan terima kasih juga

penulis sampaikan kepada seluruh dosen dan staf akademik yang telah memberikan arahan, bantuan, serta dukungan selama proses pelaksanaan kegiatan. Selain itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada rekan-rekan mahasiswa yang telah berkontribusi melalui kerja sama, motivasi, dan dukungan yang diberikan sehingga seluruh rangkaian kegiatan dan penyusunan laporan ini dapat diselesaikan dengan lancar. Semoga segala bentuk bantuan dan kebaikan yang telah diberikan memperoleh balasan yang setimpal serta menjadi amal yang bermanfaat.

Daftar Pustaka

- Akçay Didişen, N., Yavuz, B., Özalp Gerçekler, G., Albayrak, T., Atak, M., & Başbakkal, D. Z. (2020). Infantile Colic in Infants Aged One-Six Months and the Practices of Mothers for Colic. *The Journal of Pediatric Research*, 7(3), 223–229. <https://doi.org/10.4274/jpr.galenos.2019.72687>
- Akdogan, R., & Yildiz, S. (2025). The effect of SPA and massage applied on babies on colic symptoms: A randomized controlled trial. *Journal of Pediatric Nursing*, 82, e164–e174. <https://doi.org/10.1016/j.pedn.2025.04.008>
- Doan, T. T. D., Binns, C., Zhao, Y., Pham, N. M., Lee, A., & Dinh, T. P. H. (2026). Exclusive breastfeeding and infantile colic: a cohort study. *International Breastfeeding Journal*, 21(1), 32. <https://doi.org/10.1186/s13006-026-00816-x>
- Hutasuhut, A. S. (2018). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Pertumbuhan (Berat Badan) Bayi Usia 1-3 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Pematang Pasir Kota Tanjung Balai Tahun 2018. *Politeknik Kesehatan Medan*.
- Jakobsson, I., & Lindberg, T. (1983). Cow's milk proteins cause infantile colic in breast-fed infants: a double-blind crossover study. *Pediatrics*, 71(2), 268–271.
- Marmi, & R. K. (2018). *Asuhan Neonatus, Bayi Balita, dan Anak Prasekolah*. Pustaka Pelajar.
- Muhardi, L., Aw, M. M., Hasosah, M., Ng, R. T., Chong, S. Y., Hegar, B., Toro-Monjaraz, E., Darma, A., Cetinkaya, M., Chow, C. M., Kudla, U., & Vandenplas, Y. (2022). A Narrative Review on the Update in the Prevalence of Infantile Colic, Regurgitation, and Constipation in Young Children: Implications of the ROME IV Criteria. *Frontiers in Pediatrics*, 9. <https://doi.org/10.3389/fped.2021.778747>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Perilaku Kesehatan & Promosi Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. <https://doi.org/https://anyflip.com/ixmgd/udnd/basic>
- Rachman, S. M., Helda, P., Putri, O., Kesehatan, P., Pertiwi, B., & Cirebon, H. (2021). *Hubungan Terapi Teknik Pijatan Pada Bayi dengan Keluhan Kholik di Klinik Hanaya Mom and Baby Spa Kabupaten Sumedang*.
- Sheidaei, A., Abadi, A., Zayeri, F., Nahidi, F., Gazerani, N., & Mansouri, A. (2016). The effectiveness of massage therapy in the treatment of infantile colic symptoms: A randomized controlled trial. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 30, 351.
- Sumardiko, D. S., Rahmanisa, A., Puruhito, E. F., & Hamsidi, R. (2025). Efektivitas Pemberian Kombinasi Terapi Pijat Anak Dan Aromaterapi Sereh Wangi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Anak Usia 3-5 Tahun. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 6(1), 3202–3208. <https://doi.org/10.31004/jkt.v6i1.39076>
- Switkowski, K. M., Oken, E., Simonin, E. M., Nadeau, K. C., Rifas-Shiman, S. L., & Lightdale, J. R. (2025). Early-life risk factors for both infant colic and excessive crying without colic. *Pediatric Research*, 97(5), 1537–1545. <https://doi.org/10.1038/s41390-024-03518-4>