

Pijat Bayi Sehat pada Kelas Ibu Balita

Suparti¹, Herning Wijayanti², Ari Budiawati³, Moneca Diah Listiyaningsih⁴

¹Universitas Ngudi Waluyo, supartiagus97@gmail.com

²Universitas Ngudi Waluyo, harningwijayanti1987@gmail.com

³Universitas Ngudi Waluyo, ari.budiawati32@gmail.com

⁴Universitas Ngudi Waluyo, mond88mond@yahoo.com

Korespondensi Email: harningwijayanti1987@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2023-06-22

Accepted, 2023-07-02

Published, 2023-07-24

Keywords: Baby
Massage, Pregnancy

Kata Kunci : Pijat Bayi
Sehat, Kelas Ibu Balita

Abstract

Invanci is a stage where growth and development is very rapid, starting from birth to 1 year old. The age of the baby's development divided into two parts that is neonates from birth to 28 days and babies from 29 days to 12 months. Babies are aged 0 to 12 months, every baby has experiences growth stages in their lifetime (roesli, 2013). Baby massage is the oldest therapy known and the most popular, which is the art of health care and medicine practiced since centuries ago. Even estimated that this science has been known since the beginning of human creation into the world, maybe because massage is very closely related to pregnancy and the human birth process. The first baby massage experienced by humans is at birth, when passing through the birth canal. Baby massage is one way to stimulate early growth and development of babies. Baby massage is a strategy to support closeness between mother and baby (Vincente, verisimo & dinize, 2017). Baby massage is a hereditary tradition carried out by the community. Baby massage can be done by parents or caregivers who have received special training (vield, 2014). This activity was attended by 20 respondents consisting of 8 people (40%) aged 20-30 years, 11 people (55%) aged of 31-40 years and 1 person (5 %) aged of >41 years. 4 people based on the level of education (20%) elementary school graduated, 9 people (45%) graduated from junior high school, 5 people (25 %) graduated from senior high school. And 2 people (10%) graduate diploma or bachelor degree. Based on work is 7 people (35%) working mothers and 13 people (65%) not working mothers. This activity aims to provide complementary midwifery care to mothers of infants and toddlers regarding healthy baby massage techniques to increase the baby's immune system. The method used in this activity uses several stages including :pre test, distribution of leaflets, health education about healthy baby massage, practice of baby massage and post test. From the results of univariate analysis before being given counseling from 20 respondents it was found that the lowest score was 60 and the highest was 100, while the

average value is 77. These result indicate that the lack of knowledge of the counseling participants about infant massage health education as an effort to increase the baby's immune system. After carrying out baby massage counseling it was found that there was a change in the lowest score to 80 and the highest was 94, the result show that there is an increase in the mother's knowledge after being given information about health education about baby massage as an effort to increase the baby's immune system.

Abstrak

Masa bayi merupakan tahapan dimana pertumbuhan dan perkembangan yang sangat cepat, dimulai dari kelahiran hingga bayi berusia 1 tahun. Usia perkembangan bayi terbagi menjadi 2 yaitu, neonatus sejak lahir sampai usia 28 hari dan bayi dari usia 29 hari sampai 12 bulan. Bayi adalah anak usia 0 sampai 12 bulan, setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dalam masa hidupnya (Roesli, 2013). Pijat bayi adalah terapi tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer, yang juga merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam. Bahkan, diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan ke dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pengalaman pijat bayi pertama yang dialami manusia ialah pada waktu dilahirkan, yaitu pada waktu melalui jalan lahir. Pijat bayi merupakan salah satu cara untuk menstimulasi secara dini pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pijat bayi merupakan strategi dalam mendukung kedekatan antara ibu dan bayi. (Vicente, Verissimo, & Dinize, 2017). Pijat bayi merupakan tradisi sudah turun temurun dilakukan di masyarakat. Pijat bayi dapat dilakukan oleh orang tua atau pengasuh yang telah mendapatkan pelatihan khusus (Vield, 2014). Kegiatan ini diikuti oleh 20 responden yang terdiri dari 8 orang (40%) berumur 20 – 30 tahun, 11 orang (55%) berumur 31 – 40 tahun dan 1 orang (5%) berumur > 41 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan yaitu 4 orang (20%) tamatan SD, 9 orang (45%) tamatan SMP, 5 orang (25%) tamatan SMA/SMK, dan 2 orang (10%) tamatan D3/S1. Berdasarkan pekerjaan yaitu 7 orang (35%) ibu bekerja dan 13 orang (65%) ibu Tidak bekerja. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan asuhan kebidanan komplementer kepada ibu bayi balita tentang teknik pijat bayi sehat untuk menstimulasi perkembangan bayi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan beberapa tahapan diantaranya : Pre test, Pembagian Leaflet, Pendidikan Kesehatan Tentang pijat bayi sehat , Praktik pijat bayi, Post Test. Dari hasil analisis univariat sebelum diberikan penyuluhan dari 20 responden didapatkan bahwa nilai terendah yaitu 60 dan teringginya

yaitu 100, sementara nilai rata-ratanya yaitu 77. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan peserta penyuluhan tentang pendidikan kesehatan pijat bayi sebagai upaya meningkatkan daya tahan tubuh bayi. Setelah dilakukan penyuluhan pijat bayi didapatkan bahwa ada perubahan nilai terendah menjadi 80 dan tertingginya menjadi 100 sedangkan nilai rata-rata yang diraih menjadi 94, dari hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikannya informasi mengenai pendidikan kesehatan tentang pijat bayi sebagai upaya peningkatan daya tahan tubuh bayi.

Pendahuluan

Stimulasi dapat merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi, untuk merangsang kemampuan dasar anak umur 0-12 bulan. Stimulasi yang tepat terhadap indera sentuhan bayi secara positif memengaruhi perkembangan psikososial dan mendorong keterikatan antara ibu dan bayinya agar anak tumbuh dan berkembang secara optimal. Stimulasi dapat dilakukan setiap ada kesempatan dan sedini mungkin. Stimulasi ini harus di berikan secara rutin dan berkesinambungan dengan kasih sayang, metode bermain, pijat bayi dan lain-lain. Sehingga perkembangan bayi akan berjalan optimal (*Depkes RI, 2019*).

Perkembangan bayi untuk menjadi bayi hebat, diawali dari bayi saat berada dalam kandungan dan akan berlanjut setelah bayi itu lahir. Salah satu syarat keberhasilan adalah pada saat bayi lahir dan pada awal kehidupannya. Untuk mencapai keberhasilan tersebut adalah adanya stimulasi. Contoh stimulasi adalah dengan memberikan pijat bayi (*Jurnal kesehatan Poltekkes Palembang, vol. 14 No 1, Juni 2019*).

Pijat bayi merupakan salah satu cara untuk menstimulasi secara dini pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pijat bayi merupakan strategi dalam mendukung kedekatan antara ibu dan bayi. (*Vicente, Verissimo, & Dinize, 2017*). Pijat bayi merupakan tradisi sudah turun temurun dilakukan di masyarakat. Pijat bayi dapat dilakukan oleh orang tua atau pengasuh yang telah mendapatkan pelatihan khusus (*Vield, 2014*).

Pijat bayi dapat di definisikan sebagai bentuk stimulasi taktil yang diberikan oleh seseorang dimana terdapat manipulasi jaringan lunak sebagai sarana meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak. Kontak taktil merupakan hal mendasar bagi perkembangan bayi baru lahir dan sebagai alat komunikasi antara bayi dan orang tua nya (*Vicente et al., 2017*). Pijat bayi dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, mengurangi rasa sakit, meningkatkan relaksasi, mengurangi tingkat stres, depresi dan kecemasan, dan meningkatkan kualitas tidur (*Field 2014; Vicente et al., 2017*). Status tidur dan terjaga yang terganggu, jika dibiarkan secara terus menerus akan menimbulkan dampak yang buruk terhadap kesehatan bayi, diantaranya yaitu lamanya kenaikan berat badan pada bayi kurang bulan karena mengganggu sekresi hormon pertumbuhan pada bayi (*Yang, Shao, & Wang, 2016*).

Pendidikan kesehatan tentang manfaat dan teknik pijat bayi dapat diberikan untuk meningkatkan pengetahuan orang tua sehingga orang tua dapat melakukan pijat bayi secara mandiri. Pendidikan kesehatan merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok atau masyarakat sehingga mereka melakukan apa yang diharapkan oleh pelaku pendidikan di bidang kesehatan.

Kegiatan penyuluhan tentang pijat bayi sehat dilaksanakan secara langsung di Rumah Cerdas Kelurahan Mekar Sari Balikpapan. Media dalam promosi kesehatan yang digunakan dalam kegiatan kali ini adalah leaflet yang berjudul “Pijat Bayi”. Hasil dari solusi yang diharapkan pada kegiatan ini adalah terlaksannya kegiatan promosi kesehatan tentang pijat bayi untuk meningkatkan daya tahan tubuh bayi. Hal ini disampaikan melalui media promosi leaflet. Setelah dilakukan kegiatan promosi kesehatan ini diharapkan

responden semakin paham mengenai cara meningkatkan daya tahan tubuh bayi khususnya dengan teknik pijat bayi.

Metode

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui penyuluhan langsung di Rumah Cerdas Kelurahan Mekar Sari Balikpapan. Kegiatan ini diikuti oleh 20 responden yang terdiri dari 8 orang (40%) berumur 20 – 30 tahun, 11 orang (55%) berumur 31 – 40 tahun dan 1 orang (5%) berumur > 41 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan yaitu 4 orang (20%) tamatan SD, 9 orang (45%) tamatan SMP, 5 orang (25%) tamatan SMA/SMK, dan 2 orang (10%) tamatan D3/S1. Berdasarkan pekerjaan yaitu 7 orang (35%) ibu bekerja dan 13 orang (65%) ibu Tidak bekerja. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan asuhan kebidanan komplementer kepada ibu bayi dan balita tentang Teknik pijat bayi sehat untuk meningkatkan daya tahan tubuh bayi

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini menggunakan beberapa tahapan diantaranya : Pre test, Pembagian Leaflet, Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Bayi Sehat, Praktik pijat bayi, Post Test. Kegiatan ini akan dilaksanakan di Cerdas Kelurahan Mekar Sari Balikpapan pada Hari/Tanggal Jum'at, 26 Mei 2023. Sarana Dan Prasarana Yang Digunakan Dalam Pengabdian ini meliputi Power Point, Leaflet, Dan Lembar Penilaian Pre Test Dan Post Test.

Hasil dan Pembahasan

Hasil Analisis Univariat pengetahuan responden sebelum diberikan materi pijat bayi, berdasarkan hasil penelitian pada 20 Responden didapatkan hasil pengetahuan responden sebelum diberikan materi sebagai berikut :

Tabel 1 Pengetahuan Ibu Bayi Balita Sebelum dilakukan Penyuluhan

TEST	MEAN	MEDIAN	MINIMAL	MAXIMAL
PRE	80	70	60	100

Hasil pre tes yang dilakukan oleh ibu menyusui didapatkan bahwa nilai terendah yaitu 60 dan tertingginya yaitu 100, sementara nilai rata-ratanya yaitu 77. Hasil ini menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan peserta penyuluhan tentang pendidikan kesehatan pijat bayi sebagai upaya meningkatkan daya tahan tubuh bayi.

Pendidikan merupakan salah satu faktor yang penting dalam status gizi dan perkembangan anak. Karena dengan pendidikan yang baik, maka orang tua dapat menerima segala informasi dari luar tentang cara pengasuhan anak yang baik terutama bagaimana ibu memberikan makanan kepada anak, menjaga anak, pendidikannya dan sebagainya. Sehingga makin banyak pengetahuan yang dimiliki dan perilaku yang diharapkan akan muncul pola asuh yang baik. (Soetjiningsih, 2014)

Hasil olah data pengabdian masyarakat kami ini sejalan dengan teori yang kami tuliskan bahwa pengetahuan ibu kurang dikarenakan sebagian besar pendidikan ibu adalah SMP sebanyak 9 orang (45%). Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi pengetahuannya, sehingga semakin mudah kemampuan seseorang untuk memahami hal baru dan menyelesaikan persoalan yang dihadapi

Sebagaimana pendapat Eva Restu Wijayanti, E.F., (2017) dalam penelitiannya mengatakan bahwa tingkat pendidikan SMA adalah tingkat pendidikan yang cukup untuk menerima informasi, semakin tinggi pendidikan semakin mudah seseorang untuk menerima informasi. Tidak hanya pendidikan yang berpengaruh pekerjaan seseorang juga berpengaruh dalam hal ini.

Hasil Analisis Univariat pengetahuan responden setelah diberikan materi pijat bayi, berdasarkan hasil penelitian pada 20 Responden didapatkan hasil pengetahuan responden setelah diberikan materi sebagai berikut :

Tabel 2 Pengetahuan Ibu Balita Setelah Dilakukan Penyuluhan

TEST	MEAN	MEDIAN	MINIMAL	MAXIMAL
POST	90	90	80	100

Dari hasil post tes yang didapatkan bahwa ada perubahan nilai terendah menjadi 80 dan tertingginya menjadi 100 sedangkan nilai rata-rata yang diraih menjadi 94.

Setelah dilakukan penyuluhan didapatkan hasil rata-rata 94 dari hasil ini menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikannya informasi mengenai pendidikan kesehatan tentang pijat bayi sehat sebagai upaya peningkatan daya tahan tubuh bayi.

Tujuan dari Pendidikan kesehatan adalah mengaplikasikan atau menerapkan pendidikan dalam bidang kesehatan. Secara operasional pendidikan kesehatan adalah semua kegiatan untuk memberikan dan meningkatkan pengetahuan, sikap, praktek baik individu, kelompok atau masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatan mereka sendiri (Notoatmodjo, 2012).

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan ini terjadi melalui panca indra manusia yaitu penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian pengetahuan manusia diperoleh dari mata dan telinga (Notoatmodjo, 2007)

Metode penyuluhan menjadi metode yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan Kesehatan masyarakat (Wijayanti, Nuraini, dan Deharja, 2016). Maka dari itu dengan adanya pendidikan kesehatan ini diharapkan memberi kesan yang kuat sehingga para peserta penyuluhan bisa mempraktikkan sendiri dirumah.



Gambar 1 Praktik Pijat Bayi

Simpulan dan Saran

Dari hasil yang didapatkan setelah dilakukan penyuluhan terdapat peningkatan kepahaman responden terhadap materi yang diberikan. Dari 20 responden didapatkan nilai rata-rata 94 yang menunjukkan bahwa adanya peningkatan pada pengetahuan ibu setelah diberikannya informasi mengenai pendidikan kesehatan tentang pijat bayi sehat sebagai upaya peningkatan daya tahan tubuh bayi.

Metode penyuluhan dengan media leaflet dan PPT memiliki hasil yang baik, dapat membantu lebih paham dengan materi yang disampaikan. Pemateri pun dapat memberikan materi dengan baik menggunakan media tersebut. Diharapkan hasil pengabdian masyarakat ini dapat berguna di masyarakat dan dapat meningkatkan kepahaman masyarakat terutama para ibu yang mempunyai bayi balita tentang teknik pijat bayi untuk meningkatkan daya tahan tubuh anak. Diharapkan pihak lahan dapat terus menggunakan metode pijat bayi sebagai salah satu metode non-farmakologi untuk mengurangi meningkatkan daya tahan tubuh anak. Diharapkan pengabdian masyarakat ini dapat menjadi acuan untuk dijadikan

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

pengabdian masyarakat selanjutnya.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kepada pihak Institusi Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan kami waktu dan tempat untuk melakukan praktik lahan sehingga kami dapat melakukan pengabdian masyarakat ini dan dapat mempraktekkan ilmu yang telah kami dapatkan selama masa perkuliahan.

Terima kasih kepada pihak Puskesmas Mekar Sari yang telah membantu kami dalam memfasilitasi kami dalam pengabdian masyarakat ini yang bertujuan untuk memberikan penyuluhan Teknik pijat bayi untuk meningkatkan daya tahan tubuh bayi.

Daftar Pustaka

Andayani, Rifka Putri & Defrina Oka Surya. 2020. *Pijat Bayi Untuk Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi*, Vol 2 No 1

Apripan, Rika. 2021. *Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi Dan Balita Dengan Pijat Bayi Di Desa Simasom Kecamatan Padang sidimpuan Angkolan Julu 2020*, Vol 3 No 1

Carolin T, Bunga, dkk. 2020. *Pijat Bayi Dapat Meningkatkan Berat Badan Bayi*, vol.6 No.3

Delvia, Siska., Muhammad Hasan Azhari. 2019. *Efektifitas pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan psikomotor ibu tentang pijat bayi di wilayah kerja puskesmas sukabaya kabupaten ogan komering ulu*, vol. 14 no. 1

Notoatmodjo, Soekidjo.(2010). *Pendidikan dan perilaku Kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta.

Nurseha, dkk.2020. *Hubungan karakteristik Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0 – 24 Bulan Dengan Pengetahuan Tentang Pijat Bayi*. *Faletahan Health Journal* , 7 (1) (2020) 42-47.

Pamungkas, Esty Catur., Aulia Amini., Cyntiya Rahmawati. 2020. *Sentuhan Kasih Ibu, Upaya Stimulasi Tumbuh Kembang Anak Dengan Pijat Bayi Pada Anak Usia 0-3 Tahun Di Desa Selubung Ketangga, Kecamatan Keruak Kabupaten Lombok Timur*, Vol 4 No 1

Saputri, Nurwinda. 2019. *Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan*, Vol 3 Hal 49-52

Setiawandari. 2019. *Modul Stimulasi Pijat Bayi Dan Balita*. Surabaya: Adi Buana University Press

Wijayanti, R.A., Nuraini, N., & Deharja, A. (2016). *Efektifitas penyuluhan perilaku Hidup Bersih dan Sehat (PHBS) Dalam Meningkatkan Pengetahuan di SMP Iskam Mahfilud Duror Jelbuk*. *Jurnal Ilmiah Inovasi*, 204.