

Pijat Bayi untuk Merangsang Tumbuh Kembang

Sri Ade Lina¹, Isfaizah², Soendari³

¹Universitas Ngudi Waluyo, sriadelinaaa@gmail.com

²Universitas Ngudi Waluyo, is.faizah0684@gmail.com

³Universitas Ngudi Waluyo, soendarip@gmail.com

Korespondensi Email: sriadelinaaa@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2024-05-11

Accepted, 2024-06-11

Published, 2024-06-24

Keywords Knowledge,
Baby Massage, Growth
and Development

Kata Kunci:
Pengetahuan, Pijat Bayi,
Tumbuh Kembang

Abstract

The problem of growth and development of toddlers during the 5th year of life is a serious problem for both developed and developing countries. Factors related to children's growth and development, namely adequate nutrition, a supportive family environment are the basis for children's growth and development. Apart from that, from a personal perspective, children can be given stimulation. One form of stimulation commonly used by parents for babies is tactile stimulation in the form of baby massage. Massage is a good, useful and healthy therapy for your baby. Apart from strengthening the bond between parent and child, baby massage also helps the child's growth and development to be better. The aim of this activity is to introduce baby massage as a solution to stimulate optimal growth and development. Community Service will be carried out in 3 stages, namely the First Stage, making preparations by collaborating with partners. The second stage of implementation, before counseling is carried out, a pretest is carried out to explore the mother's knowledge regarding baby massage. Next, baby massage education and training was carried out by practicing baby massage directly on the phantom. The third stage is to carry out an evaluation by giving a posttest and direct interviews and ending by making an activity report. From the results of community service, it was found that this activity was attended by 20 mothers who had children aged 0-59 months. Before the counseling was carried out regarding baby massage, it was found that the majority of mothers' knowledge was in the poor category, namely 12 people (60%) and after the counseling was carried out, 20 people (100%) had knowledge in the good category. It can be concluded that there was an increase in knowledge before and after counseling regarding baby massage. It is hoped that parents can provide baby massage stimulation so that it will achieve optimal growth and development.

Abstrak

Permasalahan pertumbuhan dan perkembangan balita pada masa 5 tahun kehidupan merupakan masalah serius bagi Negara maju ataupun Negara berkembang. Faktor

yang berhubungan dengan tumbuh kembang anak yaitu nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung merupakan dasar untuk tumbuh kembang anak. Selain itu dari segi personal anak dapat diberikan stimulasi, salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi. Pijat merupakan salah satu terapi yang baik, bermanfaat, dan menyehatkan bagi bayi anda, selain memperlerat ikatan antara orangtua dengan anak, pijat bayi pun membantu tumbuh kembang anak menjadi lebih baik. Tujuan kegiatan ini adalah memperkenalkan tentang pijat bayi sebagai Solusi untuk merangsang tumbuh kembang yang optimal. Pengabdian Masyarakat akan dilaksanakan dalam 3 tahap yaitu Tahap Pertama melakukan persiapan dengan cara melakukan kerja sama dengan mitra. Tahap Kedua tahap pelaksanaan, sebelum dilakukan penyuluhan, dilakukan pretest untuk menggali pengetahuan ibu mengenai pijat bayi. Selanjutnya dilakukan edukasi dan pelatihan pijat bayi dengan mempraktekkan langsung pijat bayi pada phantom. Tahap Ketiga Melakukan evaluasi dengan cara memberikan posttest dan wawancara secara langsung dan diakhiri dengan membuat laporan kegiatan. Dari hasil pengabdian Masyarakat didapatkan bahwa kegiatan ini diikuti oleh 20 orang ibu yang memiliki anak usia 0-59 bulan. Sebelum dilakukan penyuluhan mengenai pijat bayi didapatkan sebagian besar pengetahuan ibu dalam kategori kurang yaitu sebanyak 12 orang (60%) dan setelah dilakukan penyuluhan ibu memiliki pengetahuan dengan kategori baik sebanyak 20 orang (100)%. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan mengenai pijat bayi. Diharapkan orangtua dapat memberikan stimulasi pijat bayi sehingga akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan dengan optimal.

Pendahuluan

Permasalahan pertumbuhan dan perkembangan balita pada masa 5 tahun kehidupan merupakan masalah serius bagi Negara maju ataupun Negara berkembang. Prevalensi anak balita di dunia tidak mencapai potensi pertumbuhan dan perkembangan lebih dari 25 % (250 juta). Benua Asia berada pada urutan ketiga setelah Benua Afrika dan Eropa pada urutan pertama dan kedua. Keadaan ini tertuang menjadi komitmen global salah satu visi Sustainable Development Goals (SDGs) tahun 2016 - 2030 berdampak langsung terhadap kemakmuran dan stabilitas kesehatan dunia di masa depan, dalam mencegah peningkatan angka keterlambatan pertumbuhan dan perkembangan bayi yang merupakan investasi berharga bagi kelangsungan hidup (UNICEF, 2017)

Menurut hasil Pemantauan Gizi Nasional tahun 2021 di Indonesia sebanyak 17% balita mempunyai status gizi kurang, 7,1% balita mempunyai status gizi buruk dan 24,4% balita mempunyai status gizi pendek (Riskesdas, 2021). Hasil pemantauan gizi tahun 2021 di Jawa Barat didapatkan balita dengan status gizi kurang sebanyak 15%, status gizi buruk 5,3% dan balita dengan status gizi pendek 22,4%. Presentase tersebut hamper sama dengan rata-rata nasional. Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar pada tahun 2021 di Cirebon

sebanyak 13.385 balita mengalami gizi kurang dan di Kecamatan Susukan Kabupaten Cirebon sebanyak 153 balita mengalami gizi kurang, 102 balita mengalami gizi buruk dan 183 balita mengalami gizi pendek (Riskseddas, 2021).

Faktor yang berhubungan dengan tumbuh kembang anak yaitu nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung merupakan dasar untuk tumbuh kembang anak. Selain itu dari segi personal anak dapat diberikan stimulasi, salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi (Kemenkes, 2012).

Pijat merupakan salah satu metode pengobatan tertua di dunia. Pijat meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi yang terlalu kaku dan menyatukan organ tubuh dengan berupa sentuhan (Harahap, 2019). Dengan adanya sentuhan pemijatan terhadap jaringan otot peredaran darah, dapat meningkatkan jaringan otot ataupun posisi otot dapat dipulihkan dan diperbaiki sehingga dapat meningkatkan fungsi-fungsi organ tubuh dengan sebaik-baiknya (Khairunisa, 2021)

Pijat merupakan salah satu terapi yang baik, bermanfaat, dan menyehatkan bagi bayi anda, selain memperlancar ikatan antara orangtua dengan anak, pijat bayi pun membantu tumbuh kembang anak menjadi lebih baik. Pijat bayi juga merupakan suatu pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anak lewat sentuhan pada kulit yang dapat memberikan dampak yang luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang (Sulistiyorini & Sandy, 2024)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nurseha & Lintang (2022) menunjukkan bahwa pijat bayi efektif untuk meningkatkan berat badan dan rata-rata tidur bayi (p value=0,000). Hal ini didukung oleh penelitian Wintoro & Wahyuningsih (2022) menyatakan bahwa pijat bayi efektif meningkatkan berat badan di Klinik Kusuma Husada Bayat Klaten (p value=0,000).

Pentingnya memberikan pemahaman dalam tentang proses tahapan pertumbuhan dan perkembangan pada anak serta meningkatkan kemampuan orang tua maka dapat diberikan promosi kesehatan. Promosi kesehatan mempunyai peranan yang sangat penting dalam proses pemberdayaan masyarakat yaitu memperoleh pembelajaran dari, oleh dan bersama masyarakat sesuai dengan lingkungan sosial budaya setempat, agar masyarakat dapat menolong dirinya sendiri dibidang kesehatan. Dengan dilakukan promosi kesehatan maka akan terjadi peningkatan pengetahuan dan ketrampilan ibu mengenai pijat bayi untuk stimulasi tumbuh (Masruroh et al., 2022). Sesuai dengan penelitian Cahyaningrum & Hardyani (2024) setelah dilakukan pengabdian masyarakat dengan memberikan edukasi maka ibu memahami teknik pijat bayi dan bersedia mempraktekkan secara mandiri di rumah dengan panduan video teknik pijat bayi yang diberikan tim pengabdian

Perilaku masyarakat Desa pangurangan wetan yang terletak di Kecamatan Susukan Kabupaten Cirebon memijatkan bayinya ke dukun bayi hanya ketika bayi sedang sakit, biaya pijat bayi yang relatif mahal dan tidak terjangkau oleh masyarakat kelas ekonomi menengah ke bawah dan yang masih kurangnya pengetahuan ibu tentang manfaat stimulasi tumbuh kembang anak dengan pijat bayi, maka kami tim pengabdian masyarakat ingin memberikan solusi yaitu dengan memberikan pengetahuan tentang stimulasi tumbuh kembang anak dengan pijat bayi dan cara pijat bayi. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk memperkenalkan tentang pijat bayi sebagai Solusi untuk merangsang tumbuh kembang yang optimal.

Metode

Kegiatan pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan di wilayah Posyandu Nusa Indah 4 Desa Pangurangan Wetan. Kegiatan pengabdian Masyarakat dilaksanakan pada tanggal Tanggal 10 Juni 2024 yang diikuti oleh 20 orang ibu yang mempunyai anak usia 0-59 bulan. Pengabdian masyarakat di laksanakan dalam 3 tahap yaitu: **Tahap Pertama** melakukan persiapan dengan cara melakukan kerja sama dengan mitra yaitu bidan

kordinator Posyandu Nusa Indah 4 untuk mendiskusikan kegiatan yang akan dilaksanakan dan menentukan sasaran pengabdian masyarakat. **Tahap Kedua** adalah tahap pelaksanaan, sebelum dilakukan penyuluhan, tim akan melakukan pendataan pada ibu dan melakukan pretest untuk menggali pengetahuan ibu mengenai pijat bayi. Selanjutnya dilakukan edukasi dan pelatihan pijat bayi dengan mempraktekkan langsung pijat bayi pada phantom. **Tahap Ketiga** Melakukan evaluasi dengan cara memeberikan kuesioner posttest dan wawancara secara langsung dan diakhiri dengan membuat laporan kegiatan. Sarana dan prasarana yang digunakan dalam pengabdian ini meliputi power point, proyektor dan phantom bayi.

Hasil Dan Pembahasan

Pengabdian kepada masyarakat ini telah dilakukan pada hari Senin, 10 Juni 2024 di Posyandu Nusa Indah 4 Desa Panguragan Wetan yang diikuti oleh 20 ibu yang memiliki bayi kegiatan dimulai dari jam 09.00 WIB sampai selesai pelatihan, adapun hasil pegabdian masyarakat ini adalah sebagai berikut :

Tahap Persiapan

Persiapan pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dengan cara melakukan kerja sama dengan mitra yaitu bidan kordinator Posyandu Nusa Indah 4. Berikut merupakan karakteristik peserta pengabdian masyarakat yang terdiri dari usia ibu dan usia anak.

Tabel 1 Karakteristik Responden

	Frekuensi	Presentase (%)
Umur Ibu		
20-35 th	17	85
>35 th	3	15
Umur Anak		
0-24 bulan	10	50
25-59 bulan	10	50
Jumlah	18	100

Berdasarkan tabel 1, didapatkan peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat mengenai pijat bayi berdasarkan umur ibu yaitu sebanyak 17 orang (85%) berusia 20-35 tahun dan 3 orang (15%) berusia >35 tahun. Berdasarkan usia anak yaitu sebanyak 10 orang (50%) berusia 0-24 bulan dan sebanyak 10 orang (50%) berusia 25-59 bulan.

Tahap Pelaksanaan

Pada awal kegiatan pengabdian ini dimulai dari pretest yang bertujuan untuk menggali pemahaman dan pengetahuan ibu mengenai pijat bayi. Adapun hasil dari pretest sebagai berikut:

Tabel 2 Gambaran Pengetahuan Ibu Sebelum Dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	2	10
Cukup	6	30
Kurang	12	60
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 2, didapatkan bahwa ibu memiliki pengetahuan kurang mengenai pijat bayi sebanyak 12 orang (60%), pengetahuan cukup sebanyak 6 orang (30%)

dan pengetahuan baik sebanyak 2 orang (10%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang kurang mengenai pijat bayi.

Selanjutnya dilanjutkan dengan pemberian materi dan demonstrasi cara melakukan pijat bayi pada phantom bayi yang telah disediakan oleh tim pengabdian masyarakat.



Gambar 1 Demonstrasi Pijat Bayi

Evaluasi

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian ini adalah tahap evaluasi. Tahap evaluasi dilakukan dengan cara memberikan kuesioner pretest dan tanya jawab kepada ibu setelah di lakukan penyuluhan dan demonstrasi dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 3 Gambaran Pengetahuan Ibu Setelah Dilakukan Penyuluhan

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
Baik	20	100
Cukup	0	0
Kurang	0	0
Jumlah	20	100

Berdasarkan tabel 3, didapatkan bahwa pengetahuan ibu setelah dilakukan penyuluhan dan demostrasi mengenai pijat bayi memiliki pengetahuan baik sebanyak 20 orang (100%). Berdasarkan hasil pretest dan posttest setelah dilakukan pengabdian masyarakat menunjukkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan ibu. Dari hasil ceramah dan demonstrasi tersebut ibu - ibu peserta pengabdian masyarakat memahami tentang dasar pijat bayi dan mampu mempraktekkan kembali pijat bayi dengan phantom.

Pendidikan kesehatan memiliki peranan penting terhadap peningkatan pengetahuan ibu. Dengan adanya informasi dan pengetahuan tentang pemijatan bayi, maka ibu memiliki keinginan dan motivasi untuk melakukan pijat kepada bayinya (Handayani & Wulandari, 2021). Hal ini sejalan dengan Rorin et al. (2022) yang menyatakan bahwa terjadi peningkatan kemampuan ibu sebelum dan sesudah diberikan pelatihan pijat dibuktikan dengan kemampuan ibu dalam memijat bayinya sendiri yang terlihat pada saat proses pelatihan, dimana semua ibu mampu mencoba melakukan pijat bayi kepada bayinya sendiri tanpa ada rasa takut dan kekhawatiran.

Pemijatan dilakukan karena adanya kesesuaian reaksi terhadap stimulus tertentu yaitu pengetahuan sebagai stimulus dan sebagai reaksi pijat bayi. Ibu yang memiliki pengetahuan cukup tinggi tentang pijat bayi meyakini bahwa pijat bayi merupakan awal yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi, maka Ibu cenderung untuk melakukan pijat bayi. Sebaliknya Ibu yang berpengetahuan kurang, cenderung tidak berkeinginan untuk melaksanakan pemijatan bayi. Hal ini dapat disebabkan Ibu belum memahami pijat bayi baik langkah-langkah gerakan pijat serta manfaat-manfaat yang dapat berdampak positif bagi tumbuh kembang bayi. Pengetahuan adalah hasil dari proses kognitif yang terjadi ketika seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek.

Persepsi ini terjadi melalui panca indera manusia, seperti penglihatan, pendengaran, penciuman, pengecapan dan perabaan. Mata dan telinga merupakan sumber utama pengetahuan yang diterima manusia. Perlu dicatat bahwa pengetahuan memainkan peran penting dan dominan dalam membentuk perilaku individu (Notoatmodjo, 2014).

Pijat bayi dapat dijadikan cara untuk memberikan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan balita. Sentuhan pijat bayi akan merangsang produksi hormon betha endorprin yang akan membantu mekanisme pertumbuhan dan merangsang produksi hormon oksitosin dan menurunkan produksi hormon kortisol sehingga bayi dan balita menjadi rileks dan tenang sehingga perkembangannya akan lebih optimal (Diniyati & Aulia, 2021).

Manfaat lainnya dari pijat bayi yaitu dapat meningkatkan jumlah dan sitotoksitas dari sistem immunitas (sel pembunuh alami), merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, membantu melatih relaksasi, mengurangi depresi dan ketegangan, meningkatkan kesiagaan, mengurangi rasa sakit, mengurangi kembung dan kolik (sakit perut), meningkatkan volume ASI, meningkatkan berat badan, meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat tidur lelap), serta memperbaiki sirkulasi darah dan pernapasan. Pijat bayi juga dapat membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (*bonding*) (Afriyani et al., 2020)

Simpulan dan Saran

Pengabdian kepada masyarakat ini adalah sebagai upaya stimulasi perkembangan pada bayi melalui pijat bayi. Peserta sangat antusias dapat mengikuti serta dapat memahami tentang cara menstimulasi perkembangan bayi maupun anak. Hal ini dapat dilihat dari hasil evaluasi dengan memberikan beberapa pertanyaan melalui kuesioner didapatkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan peserta sebanyak 20 orang (100%) dan ketika peserta diminta untuk mendemonstrasikan ulang, peserta dapat memperagakan dengan benar.

Saran terhadap orangtua untuk dapat memberikan stimulasi mulai dari bayi secara kontinyu sehingga akan mencapai pertumbuhan dan perkembangan dengan optimal dengan melaksanakan pijat pada bayi ketika dirumah, Selain stimulasi orangtua dapat juga untuk memantau pertumbuhan dan perkembangan pada anak sesuai dengan usia, sehingga jika terjadi ketidaksesuaian pertumbuhan dan perkembangan dapat diketahui secara dini

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 Kepala bidan kordinator Posyandu Nusa Indah 4 Desa Panguragan Kecamatan Susukan Kabupaten Cirebon yang telah membantu kami dalam memfasilitasi kami dalam pengabdian masyarakat ini yang bertujuan untuk memberikan penyuluhan teknik akupresur untuk mengurangi mual muntah

Terima kasih kepada ibu Isfaizah, S.Si.T.,M.Kes selaku pembimbing kami yang selalu memberikan kami dukungan dan membimbing kami sehingga dapat terlaksananya pengabdian masyarakat ini dengan baik.

Terima kasih kepada teman-teman seperjuangan yang sudah memberikan waktunya siang dan malam untuk menyusun jalannya kegiatan ini dari penyusunan proposal hingga terlaksananya kegiatan ini.

Daftar Pustaka

Cahyaningrum, & Hardyani. (2024). Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi dengan Stimulasi melalui Pijat Bayi. *INDONESIAN JOURNAL OF COMMUNITY EMPOWERMENT (IJCE)*, 6(1), 70–74. <https://doi.org/10.35473/ijce.v6i1.3176>

- Afriyani, L. D., Purwanti, S., Wulandari, R., Nuraini, tun, & Khasanah, F. (2020). Pengabdian Masyarakat Pelatihan Pijat Bayi Sehat. *Call For Paper Seminar Nasional Kebidanan*, 1(1), 54–60.
- Diniyati, L. S., & Aulia, A. A. (2021). Stimulasi Nafsu Makan Balita Dengan Pijat Bayi Di Kampung Cijulang. *Prosiding Simposium Nasional Multidisiplin (SinaMu)*, 2. <https://doi.org/10.31000/sinamu.v2i0.3245>
- Handayani, E. Y., & Wulandari, S. (2021). Hubungan Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Ibu Di Desa Kepenuhan Hulu Kabupaten Rokan Hulu. *JOURNAL : MATERNITY AND NEONATAL*, 09(01).
- Harahap, N. R. (2019). Pijat bayi meningkatkan berat badan bayi usia 0-6 bulan. *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), 99–107.
- Kemendes, R. I. (2012). Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi dan intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar. *Depkes IRI: Jakarta*.
- Khairunisa. (2021). *Pengaruh Pemberian Stimulasi Pijat Bayi terhadap Berat Badan Pada Bayi*. Poltekkes Kemenkes Bengkulu.
- Masruroh, M., Pranoto, H. H., Widayati, W., Nurrohman, N., Kale, C. C., Aristiani, S. A., & Choifin, F. (2022). Pijat Bayi untuk Menstimulasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia 0-12 Bulan. *INDONESIAN JOURNAL OF COMMUNITY EMPOWERMENT (IJCE)*, 4(1), 50. <https://doi.org/10.35473/ijce.v4i1.1614>
- Notoatmodjo, S. (2014). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurseha, N., & Lintang, S. S. (2022). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Dan Kualitas Tidur Bayi Di Puskesmas Kramatwatu. *Journal Of Midwifery*, 10(1), 29–34. <https://doi.org/10.37676/jm.v10i1.2314>
- Riskesdas, L. N. (2021). Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta
- Rorin, U., Isfaizah, & Ratutriya. (2022). Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Volume 1 No (2) 2022 Pelatihan Pijat Bayi Sehat untuk Menstimulasi Tumbuh Kembang Bayi di Desa Kemawi. *Prosiding Seminar Nasional Dan CFP Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo*, 1(2), 650–659. <https://callforpaper.unw.ac.id/index.php/semnasdancfpbidanunw/article/view/206>
- Sulistiyorini, S., & Sandy, D. M. (2024). Upaya Peningkatan Pengetahuan Dan Keterampilan. *Jurnal Abdimas Pamenang* 2(1), 61–64. <https://doi.org/10.53599>
- UNICEF, I. (2017). Ringkasan kajian kesehatan ibu & anak.
- Wintoro, P. D., & Wahyuningsih, A. (2022). Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Penambahan Berat Badan Bayi Di Klinik Kusuma Husada Bayat. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, 12(1), 23–28. <https://doi.org/10.61902/involusi.v12i1.337>