

Pijat Bayi untuk Meningkatkan Nafsu Makan di Desa Dadapayam

Asraria Arsfandi¹, Isfaizah², Maria Karmelia Wung Song³, Ivana Sika Yon⁴, Elita Niasirgia Rahayu⁵

¹Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, arsfandiasraria@gmail.com

²Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, is.faizah0684@gmail.com

³Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, mariakarmeliawung@gmail.com

⁴Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, ivanasikayonn@gmail.com

⁵Program Studi Kebidanan Program Sarjana, Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, nieelita899@gmail.com

Korespondensi Email: arsfandiasraria@gmail.com

Article Info

Article History

Submitted, 2022-06-17

Accepted, 2022-06-23

Published, 2022-07-13

Kata Kunci: Bayi,

Pijat Bayi. Nafsu

Makan

Abstract

Infants are children aged 0 to 12 months. Every baby goes through a stage of growth and development in his lifetime (Rusli, 2013). Growth and development is a continuous, continuous process and growth is part of the development process (Wong, 2016). Baby Massage is a touch therapy in direct contact with the body that can provide a sense of security and comfort for babies. Infant massage is a direct contact touch therapy with the body that can provide a sense of security and comfort for toddlers. A mother's touch and hugs are basic needs of a toddler. If massage is done regularly, it will increase catecholamine hormones (epinephrine and norepinephrine) which can trigger growth and development stimulation because it can increase appetite, increase body weight, and stimulate the development of brain structure and function (ashi.2018). Infants aged 4 -10 months who have decreased appetite and lack of mother's knowledge about infant massage to increase appetite. Based on this, community service will be carried out with the topic of "Baby Massage To Increase Appetite".The research method is counseling, pre experimental design and demonstration. The sample of this study was infants aged 4 -10 months who experienced a decrease in appetite carried out offline using leaflets, on Friday 10 June 2022 at 0800 WIB with 2 sessions, namely: for session 1, namely providing material about baby massage to increase appetite by using leaflets, for session 2, which is a demonstration of baby massage techniques to increase appetite The results of this dedication show that there is a difference between the pre-test of mothers who do not know baby massage to increase appetite by 80% and after being given counseling and demonstrations of mothers who know baby massage to increase appetite by as much as 90% post-test

Abstrak

Bayi adalah anak usia 0 sampai 12 bulan. Setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan dalam masa hidupnya (Rusli, 2013). Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinyu dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan (Wong, 2016). Pijat Bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Pijat pada bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada balita. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Jika pijat dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (ashi,2018). Bayi usia 4 -10 bulan yang mengalami penurunan nafsu serta kurangnya pengetahuan ibu tentang pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan. Berdasarkan hal tersebut makan akan dilakukan pengabdian masyarakat dengan pengangkat topik " Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Nafsu Makan Metode penelitian ini adalah penyuluhan, Pre experimental design dan demostrasikan. Sampel penelitian ini adalah bayi usia 4 -10 bulan yang mengalami penurunan nafsu makan dilaksanakan secara luring menggunakan leaflet, pada hari jumat tanggal 10 Juni 2022 pukul 0800 WIB dengan 2 sesi yaitu : untuk sesi 1 yaitu memberikan materi mengenai pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan dengan menggunakan leaflet ,untuk sesi 2 yaitu demonstrasi teknik pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara pre test ibu yang belum mengetahui pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan sebanyak 80% dan setelah diberikan penyuluhan dan demotrasi ibu yang mengetahui pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan sebanyak 90% post test.

Pendahuluan

Bayi adalah anak usia 0 sampai 12 bulan. Setiap bayi mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan dalam masa hidupnya (Rusli, 2013) . Pertumbuhan dan perkembangan merupakan proses yang berkesinambungan, bersifat kontinyu dan pertumbuhan merupakan bagian dari proses perkembangan (Wong, 2016). Pijat Bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Pijat pada bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada balita. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Jika pijat dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat

badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Ashi, 2018).

Menurut World Healthy Organization (WHO) (2017) secara global sekitar 20-40% bayi usia 0-2 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses perkembangan. Prevalensi masalah perkembangan anak diberbagai negara maju dan berkembang di antaranya Amerika sebesar 12-16%, Argentina 22% dan Hongkong 23%. Beberapa penelitian yang telah di evaluasi berdampak kegagalan bahkan memperpendek usia hidup . Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. 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 (Adriana, 2013).

Anak usia dibawah lima tahun (balita) merupakan kelompok usia yang rentan terhadap gizi dan kesehatan. Pada masa ini daya tahan tubuh anak masih belum kuat, sehingga mudah terkena penyakit infeksi. Selain itu, anak juga sering mempunyai kebiasaan makan buruk yaitu anak sering tidak mau makan atau nafsu makan menurun, sehingga menyebabkan status gizinya menurun dan tumbuh kembang anak terganggu (Marimbi, 2014). Setelah melewati usia 1 tahun anak akan mulai pilih-pilih makanan dan kemampuannya untuk menolak makanan yang diberikan kepadanya.

Penolakan itu tentu tidak boleh dijadikan alasan oleh kedua orang tuanya untuk melakukan pemaksaan karena mempertahankan diri si anak. Jika gejala tidak mau makan dibiarkan berlangsung maka pertumbuhan tubuhnya menjadi pelan dan perkembangan berat badannya cenderung turun, padahal pada usia dini seperti ini pertumbuhan balita harus tetap berjalan dan gizi tetap diperlukan (Adiningsih, 2016).

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 gosokan yang kuat. Terapi pijat tidak hanya digunakan di salon dan spa saja, tetapi juga di berbagai rumah sakit dan pusat perawatan kesehatan. Saat ini teknik pijat telah banyak digunakan untuk kesehatan dan peningkatan berat badan pada bayi (Syaukani, 2015).

Jumlah balita di Provinsi Jawa Tengah tahun 2012 sebanyak 2.294.230, yang mendapatkan pelayanan kesehatan sebanyak 1.907.700 (83,15%).

Presentase balita dengan gizi kurang provinsi Jawa Tengah tahun 2012 sebesar 4,88%. Sedangkan balita dengan gizi buruk tahun 2012 berjumlah 1,131 (0,06%) menurun apabila dibanding tahun 2011 sejumlah 3,187 (0,10). Angka prevalensi stunting di Indonesia tahun 2020 diperkirakan turun menjadi 26,92%. Penurunan angka stunting diprediksi sebesar 0,75% dibandingkan dengan tahun 2019 (27,67%)(Dinkes.2020). Bayi usia 4 -10 bulan yang mengalami penurunan nafsu serta kurangnya pengetahuan ibu tentang pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan. Berdasarkan hal tersebut makan akan dilakukan pengabdian masyarakat dengan pengangkat topik" Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Nafsu Makan"

Metode

Metode penelitian ini adalah penyuluhan, Pre experimental design dan demostrasikan . Sampel penelitian ini adalah bayi usia 4 -10 bulan yang mengalami penurunan nafsu makan dilaksanakan secara luring menggunakan leaflet, pada hari jumat tanggal 10 Juni 2022 pukul 08.00 WIB dengan 2 sesi yaitu : untuk sesi 1 yaitu memberikan materi mengenai pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan dengan menggunakan leaflet ,untuk sesi 2 yaitu demonstrasi teknik pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Puskesmas Dadapayam pada hari jumat ,10 juni 2022, pukul 08.00 WIB, untuk sesi 1 yaitu memberikan materi mengenai

pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan dengan menggunakan leaflet pada pukul 08.05 WIB untuk sesi 2 yaitu demonstrasi teknik pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan. Kegiatan dilakukan secara langsung dengan peserta 10 orang ibu yang memiliki bayi berumur 4 sampai 10 bulan. Sebelum diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat bayi, kami memberikan pretest untuk melihat bagaimana pengetahuan ibu tentang pijat bayi. Berikut adalah gambaran pengetahuan ibu tentang pijat bayi:

Tabel 1: Gambaran Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai bayi 4 sampai 10 bulan Sebelum diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Pijat Bayi

Kategori	Frekuensi	Persentase
Baik	2	20
Cukup	5	50
Kurang	3	30
Jumlah	10	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu yang memiliki bayi usia 4 sampai 10 bulan mengenai pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan sebelum dilakukan penyuluhan terdapat 2 orang mendapat kategori baik, 5 orang mendapat kategori cukup, dan 3 orang mendapat kategori kurang.

Tabel 2 : Gambaran Pengetahuan Ibu Yang Mempunyai bayi 4 sampai 10 bulan Setelah diberikan Pendidikan Kesehatan tentang Pijat Bayi

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	5	50
Cukup	4	40
Kurang	1	10
Jumlah	10	100%

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan ibu yang memiliki bayi usia 4 sampai 10 bulan mengenai pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan sebelum dilakukan penyuluhan terdapat 5 orang mendapat kategori baik, 4 orang mendapat kategori cukup, dan 1 orang mendapat kategori kurang.

Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan antara pre test dan post test diberikan kuesioner yaitu ibu yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan sebelum diberikan kuesioner yang berpengetahuan baik sebanyak 2 orang (20%), pengetahuan cukup sebanyak 5 orang (50%), dan pengetahuan kurang sebanyak 3 orang (30%), sedangkan ibu yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan sesudah diberikan kuesioner yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 5 orang (50%), pengetahuan cukup sebanyak 4 orang (40%) dan pengetahuan kurang sebanyak 1 orang (10%).

Hasil pengabdian ini menunjukkan bahwa dari 10 ibu yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan 1 yang menjawab soal tentang pengertian pijat bayi mengalami peningkatan sebelum dan setelah diberikan materi yaitu sebelum diberikan materi yang menjawab pertanyaan benar ada 9 (90%) dan menjawab pertanyaan salah ada 1 (10%) sedangkan setelah diberikan materi semua responden menjawab dengan benar yaitu 10 (100%). Dari 10 ibu yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan yang menjawab soal tentang manfaat pijat bayi mengalami peningkatan sebelum dan setelah diberikan materi yaitu sebelum diberikan materi yang menjawab benar ada 20 (66,67%) dan yang menjawab salah ada 10 (33,33%) sedangkan setelah diberikan materi yang menjawab benar ada 25 (83,33%) dan yang menjawab salah ada 5 (16,67%). Dari 10 ibu yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan yang menjawab soal tentang waktu pijat bayi juga mengalami peningkatan sebelum dan setelah diberikan materi yaitu sebelum diberikan materi yang menjawab pertanyaan benar ada 11 (55%) dan yang menjawab salah ada 9 (45%), sedangkan setelah diberikan materi yang menjawab benar ada 13 (65%) dan yang menjawab salah ada 7 (35%). Dari 10 ibu

yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan yang menjawab soal tentang kontraindikasi pijat bayi mengalami peningkatan sebelum dan setelah diberikan materi yaitu sebelum diberikan materi yang menjawab pertanyaan benar ada 8 (40%) dan yang menjawab pertanyaan salah ada 12 (60%), sedangkan setelah diberikan materi yang menjawab pertanyaan benar dan pertanyaan salah ada 10 (50%). Dari 10 ibu yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan yang menjawab soal tentang persiapan pijat bayi mengalami peningkatan sebelum dan setelah diberikan materi yaitu sebelum diberikan materi yang menjawab pertanyaan benar ada 3 (30%) dan yang menjawab pertanyaan salah ada 7 (70%) sedangkan setelah diberikan materi yang menjawab pertanyaan benar ada 6 (60%) dan yang menjawab pertanyaan salah ada 4 (40%). Dari 10 ibu yang memiliki bayi 4 sampai 10 bulan yang menjawab soal tentang teknik pijat bayi mengalami peningkatan sebelum dan setelah diberikan materi yaitu sebelum diberikan materi yang menjawab pertanyaan benar ada 6 (60%) dan yang menjawab pertanyaan salah ada 4 (40%) sedangkan setelah diberikan materi yang menjawab benar ada 9 (90%) dan yang menjawab pertanyaan salah ada 1 (10%).

Pijat Bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Pijat pada bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada balita. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar balita. Jika pijat dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Ashi, 2018). Pijat bayi dilakukan dengan pernafasan dalam sehingga meningkatkan aliran oksigen ke otak sehingga dapat meningkatkan nafsu makan pada bayi. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan ibu yang memiliki bayi usia 4 sampai 10 bulan baik, ibu yang memiliki bayi usia 4 sampai 10 bulan sudah mengetahui dan memahami tentang pengertian, manfaat, waktu, kontraindikasi, persiapan dan teknik pijat bayi.

Hal ini sejalan dengan Tri (2014) pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata berat badan bayi pada kelompok eksperimen yang diberikan terapi pijat bayi sebesar 5600 dan pada kelompok kontrol tanpa diberikan pijat bayi sebesar 4500. Subarto (2015) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap perubahan berat badan pada bayi pada bayi usia 6-12 bulan. Sejalan dengan Syauckani (2015) yang mengatakan terapi pijat bayi dapat meningkatkan aktifitas nervus vagus sehingga bayi yang dipijat akan mengalami peningkatan kadar enzim penyerapan dan insulin sehingga penyerapan terhadap sari makanan akan lebih baik, dimana hal ini membuat bayi menjadi lebih cepat lapar dan karena itu lebih sering menyusui sehingga meningkatkan produksi ASI.

Syauckani (2015) Bayi yang diberikan pijatan akan lebih rileks dan beristirahat dengan efektif, sehingga pada saat bangun membawa energi cukup untuk beraktifitas. Pijat bayi juga akan membuat bayi tidur lebih lelap dan meningkatkan kesiagaan (alertness) atau konsentrasi. Peneliti menyatakan bahwa pijat bayi dapat menstimulus bagian otak cerebelum yang berfungsi untuk mengontrol koordinasi otak dan keseimbangan, mengkoordinasikan fungsi motorik dan sensorik. Otot-otot yang distimulus dengan pijatan akan membuat nyaman sehingga kebanyakan bayi akan tidur dengan nyenyak setelah diberikan pijatan. Hal ini dikarenakan pijatan yang baik dapat mengubah gelombang otak, yang mana perubahan ini terjadi dengan cara menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta theta dapat dibuktikan dengan penggunaan EEG (electro encephalogram). Hal ini juga didukung oleh penelitian Paldi (2016) yang menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan di Desa Sungai Jaga A Kecamatan Sungai Raya Kabupaten Bengkayang menyatakan bahwa ada pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 6-12 bulan.



Gambar 1 Pengabdian Masyarakat Di Puskesmas Dadapayam

Simpulan dan Saran

Pemberian pendidikan kesehatan tentang pijat bayi untuk meningkatkan nafsu makan mampu meningkatkan pengetahuan ibu-ibu yang memiliki balita usia 4-10 tahun dan meningkatkan ketrampilan ibu dalam memijat bayinya, untuk meningkatkan kesehatan bayi. Sebaiknya ibu-ibu yang memiliki bayi usia 4-10 tahun rutin melakukan pijat kepada bayinya sebanyak 3 kali seminggu untuk meningkatkan nafsu makan sehingga meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayinya.

Ucapan Terima Kasih

Kami menyampaikan ucapan terimakasih kepada: Rektor Universitas Ngudi Waluyo, Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, Kaprodi S1 Kebidanan, Pembimbing Klinik dan Akademik, Kepala Puskesmas dadapayam dan seluruh ibu yang memiliki bayi usia 4 sampai 10 bulan yang turut mendukung pengabdian masyarakat ini sehingga dapat berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Adiningsih, S. (2016). *Waspada Gizi Balita Anda*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo
- Adriana, D. (2013). *Tumbuh Kembang & Terapi Bermain Pada Anak*. Jakarta: Penerbit Salemba Medika.
- Asih, Yusari & Mugiati,(2018). *Pijat Tuna Efektif dalam Mengatasi Kesulitan Makan pada Anak Balita*. Jurnal Keperawatan.; 14 (1) : 98-103.
- Data dan Informasi Jawa Tengah, (2016). *Angka Kelahiran Bayi dan Balita*. Jakarta: Kementerian Kesehatan RI
- Dinkes Prov. Jateng. (2016). *Buku Profil Kesehatan Jawa Tengah Tahun 2016*. Semarang : Dinkes
- Dinkes,(2020). *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Tengah:Jateng*
- Marimbi, Hanum,(2014), *Tumbuh Kembang ,Stattus Gizidan Imunisasi Dasar Pada Balita*, Yogyakarta:Nuha Medika
- Paldi, Aswari. (2016). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi 6-12 Bulan Di Desa Sungai Jaga A Kecamatan Sungai Raya Kabupaten Bengkayang*. Pontianak. Universitas Tanjungpura

Prosiding
Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan
Universitas Ngudi Waluyo

Rachmadani Zaid. Rusdi Rusli. Rismia Agustina. (2016). *Pemberian ASI eksklusif dengan Perkembangan Bayi Usia 6 Bulan Di Wilayah Kerja Puskesmas Guntung Payung*. Banjarbaru : Fakultas Kedokteran Universitas Lambung

Riksani, R.(2015). *Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi*. Jakarta: Dunia Sehat

Syaukani A. *Pijat Senam & Yoga Sehat untuk Bayi*. MK A, editor. Yogyakarta: Araska; 2015.

Syaukani, A. (2015) *Petunjuk Praktis Pijat, Senam, Dan Yoga Sehat Untuk Bayi Agar Tubuh Kembang Maksimal*. Yogyakarta: Araska

WHO (2017) *Baby Massage*. Available at: <https://www.who.int/news-room/factsheets/detail/diarrhoeal-disease>. Retrieved November 5, 2018.

Wong, et al. (2016). *Wong buku ajar keperawatan pediatrik*. (alih bahasa: Andry Hartono, dkk). Jakarta. EGC