

UPAYA PENINGKATAN PENGETAHUAN DAN KETERAMPILAN IBU DENGAN PELATIHAN PIJAT BAYI

EFFORTS TO IMPROVE MOTHER'S KNOWLEDGE AND SKILLS WITH BABY MASSAGE TRAINING

Suci Sulistyorini^{1*}, Deby Meitia Sandy²

1,2 STIK Bina Husada Palembang

*Korespondensi Penulis : chilodysuci@gmail.com

Abstrak

Pijat merupakan salah satu terapi yang baik, bermanfaat, dan menyehatkan bagi bayi, selain mempererat ikatan antara orangtua dengan anak, pijat bayi pun membantu tumbuh kembang anak menjadi lebih baik. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan dapat menambah keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Metode yang dilakukan yaitu penyuluhan dan pelatihan pijat bayi kepada peserta penyuluhan. Kegiatan pengabdian masyarakat memperoleh hasil terjadi peningkatan pengetahuan sebesar 70 % tentang pijat bayi sebagai upaya pemberian stimulus pada bayi untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan dan ibu dapat melakukan pijat bayi secara mandiri dirumah. Diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan edukasi pemanfaatan terapi-terapi komplementer kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan skill masyarakat.

Kata Kunci : Pijat bayi, stimulus, pertumbuhan, perkembangan

Abstract

Massage is an useful and healthy therapy for babies, apart from strengthening the bond between parents and children, baby massage also helps children's growth and development become better. The aim of this community service is to increase mothers' knowledge about baby massage and to increase mothers' skills in doing baby massage independently. The method used is counseling and baby massage training for counseling participants. Community service activities have resulted in an increase in knowledge of 70% about baby massage as an effort to provide stimulus to babies to optimize growth and development and mothers can do baby massage independently at home. It is hoped that health workers can provide education on the use of complementary therapies to the community to increase people's knowledge and skills

Keywords : *Baby massage, stimulus, growth, development*

Pendahuluan

Menurut *World Healthy Organization* (WHO) 2017, secara global sekitar 20-40% bayi usia 0-3 tahun mengalami masalah keterlambatan dalam proses perkembangan. Pervelansi masalah perkembangan anak diberbagai negara maju dan berkembang di antaranya di Amerika sebesar 12-16%, Argentina 22%, dan Hongkong 23%. Beberapa penelitian yang telah di evaluasi berdasarkan berdampak kegagalan bahkan memperpendek usia hidup (Bahandri, 2017).

Prevalensi penyimpangan perkembangan pada anak usia di bawah 5

tahun di Indonesia yang dilaporkan WHO pada tahun 2016 adalah 7.512,6 per 100.000 populasi (7,51%) (WHO, 2018). Sekitar 5 hingga 10% anak diperkirakan mengalami keterlambatan perkembangan. Data angka kejadian keterlambatan perkembangan umum belum diketahui dengan pasti, namun diperkirakan sekitar 1-3% anak di bawah usia 5 tahun mengalami keterlambatan perkembangan umum (IDAI, 2013).

Pemberian stimulus yang diberikan sesaat setelah bayi lahir memberikan efek yang sangat penting pada perkembangan kemampuan motorik dan adaptasi sosial

dimasa perkembangan bayi hingga dewasa nanti. Dalam perkembangan seorang bayi stimulasi adalah merupakan kebutuhan dasar. Stimulasi memegang peran yang sangat penting untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi untuk dapat berkembang maksimal (Chamida, 2018).

Pijat merupakan salah satu terapi yang baik, bermanfaat, dan menyehatkan bagi bayi anda, selain memperlancar aliran darah antara orangtua dengan anak, pijat bayi pun membantu tumbuh kembang anak menjadi lebih baik. Pijat bayi juga merupakan suatu pengungkapan rasa kasih sayang antara orangtua dengan anak lewat sentuhan pada kulit yang dapat memberikan dampak yang luar biasa pada perkembangan fisik, emosi, dan tumbuh kembang (Dewi, 2022).

Di Indonesia, pelaksanaan pijat bayi di masyarakat masih memegang peranan dukun bayi. Pijat dilakukan tidak hanya saat bayi sehat, tapi juga saat bayi sakit atau rewel, dan menjadi rutinitas perawatan bayi setelah lahir. Pijat bayi mempunyai banyak manfaat yang besar bagi ibu dan bayi bila dilakukan secara mandiri, namun saat ini ibu belum mau memijat bayinya sendiri dengan alasan takut jika salah atau kurang puas jika dipijat sendiri oleh ibu, dan lebih suka memijat bayinya kedukun bayi atau memilih jasa terapis pijat bayi yang sudah banyak dibuka oleh petugas kesehatan. Hal ini adalah dipengaruhi karena kurangnya pengetahuan ibu tentang pelaksanaan pijat bayi secara mandiri (Aminarti, 2013).

Pijat bayi memang dipercaya dapat menjaga kesehatan dan mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Namun tanpa teknik pemijatan yang benar, pijat bayi justru membahayakan, bahkan dapat menimbulkan kematian pada bayi (Sujarwo,2014).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan judul penelitian “Efektivitas pijat bayi terhadap motorik kasar dan kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan di PMB Yanti”, didapatkan hasil dari 15 ibu yang mempunyai bayi usia dibawah 5 tahun, terdapat 3 orang yang mengetahui manfaat pijat bayi dan hal itupun tidak didukung dengan keterampilan melakukan pijat bayi. Sebagian besar ibu-ibu memijat bayi nya ketika anak sedang sakit dan pijat dilakukan oleh terapis atau dukun bayi.

Adapun kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat khususnya ibu yang mempunyai bayi untuk mengoptimalkan masa pertumbuhan dan perkembangan.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan selama 2 hari. Lokasi pengabdian masyarakat dilakukan di PMB Yanti Kab. Banyuasin, Sumsel, karena Sebagian besar ibu-ibu yang mempunyai bayi diwilayah ini, memijat bayi nya hanya ketika anak sedang sakit (tidak enak badan) dan pijat bayi dilakukan oleh terapis atau dukun bayi. Adapun kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan serta keterampilan masyarakat khususnya ibu yang mempunyai bayi atau anak usia dibawah 12 bulan untuk mengoptimalkan masa pertumbuhan dan perkembangan. Pada penyuluhan ini, target sasaran peserta penyuluhan adalah ibu yang mempunyai bayi usia 1 sd 12 bulan. Peserta penyuluhan pada hari pertama berjumlah 10 orang, pada hari kedua 7 orang. Sebelum melakukan kegiatan penyuluhan ibu diberikan beberapa pertanyaan dalam bentuk pre test tentang pijat bayi. Kemudian kegiatan penyuluhan dan pelatihan dilakukan oleh petugas penyuluhan. Petugas membuka sesi tanya jawab dan memberikan follow up, dan terakhir petugas akan memberikan beberapa pertanyaan kembali sebagai post test dari kegiatan ini.



Gambar 1
Kegiatan Pijat pada Bayi

Hasil

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu dan skill atau keterampilan dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Hal ini menunjukkan banyaknya pertanyaan *audience* secara lisan terhadap narasumber/petugas dan pada evaluasi

praktik pijat bayi dan ibu sudah dapat melakukan tehnik atau langkah dalam melakukan pijat bayi. Hal ini terlihat dari kooperatifnya petugas dan *audience* dari awal kegiatan sampai selesai. Alasan aktifnya partisipasi *audience* yaitu keingintahuan terhadap pijat bayi dan dapat mempraktekkan secara langsung tehnik-tehnik dalam melakukan pijat bayi dengan benar. Materi yang disampaikan oleh petugas kepada *audience* dapat dimengerti oleh peserta penyuluhan. Hasil evaluasi yang diberikan melalui pretest pengetahuan ibu sebesar 45% meningkat menjadi 70% pada hasil post test. Pada kegiatan pengabdian masyarakat ini tidak memiliki kendala apapun pada saat melakukan penyuluhan dan pelatihan

Pembahasan

Berdasarkan hasil dari pengabdian pada masyarakat yang telah dilakukan terhadap 17 ibu yang mempunyai bayi usia 1-12 bulan didapatkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 70%. dan peningkatan keterampilan dalam melakukan pijat bayi. Ibu sudah bisa melakukan tehnik pijat bayi mandiri dirumah, sehingga dapat memberikan stimulus pada bayi mereka.

Pijat bayi adalah salah satu bentuk terapi yang tertua di masyarakat Indonesia. Masyarakat Indonesia sudah mengenal pijat bayi sejak jaman nenek moyang yang diturunkan secara turun menurun. Pijat dapat dilakukan pada bayi hingga orang tua karena banyak memiliki banyak manfaat yang diperoleh dari pijat tersebut. Pijat bayi dapat membantu membangkitkan sistem syaraf yang bermanfaat bagi perkembangan motorik dan kognitif pada bayi (Rambe, 2019).

Tahapan pertumbuhan setiap anak berbeda-beda. Tinggi badan anak pun sangat dipengaruhi oleh nutrisi yang diterima di 1.000 hari pertama kehidupannya dan juga kondisi kesehatannya. Laju pertumbuhan anak bisa saja sedikit lebih lambat atau lebih cepat. Bayi baru lahir yang sehat akan memiliki berat badan sekitar 2,6–3,8 kg. Seiring bertambahnya usia, berat badan akan terus bertambah sesuai tahapan pertumbuhan anak. Rata-rata pertambahan berat badan pada anak yaitu pada bayi usia 0–6 bulan: 140–200 gram setiap minggu, bayi usia 6–12 bulan: 85–140 gram setiap minggu, anak usia

1–2 tahun: 2,5 kg setiap tahun, anak usia 2–5 tahun: 2 kg setiap tahun, anak usia 5 tahun hingga masa pubertas: 2–3 kg setiap tahunnya. Selama enam bulan pertama, pertumbuhan terjadi dengan pesat, kemudian mulai menurun diusia bayi 6 bulan keatas hingga 1 tahun, dan dalam tahun kedua tingkat pertumbuhan cepat menurun (Nareza, 2020).

Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk bayi dapat diberikan oleh orangtua untuk perkembangan potensinya secara maksimal. Faktor yang berhubungan dengan tumbuh kembang bayi yaitu nutrisi yang tercukupi, lingkungan keluarga yang mendukung merupakan dasar untuk tumbuh kembang bayi. Selain dari segi personal bayi dapat diberikan stimulasi, salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi (Cahyaningrum, 2014).

Berdasarkan hasil penelitian penulis sebelumnya yang berjudul efektivitas pijat bayi terhadap motorik kasar dan kenaikan berat badan bayi usia 6-12 bulan dengan hasil setelah pemberian pijat bayi sebanyak 3 kali seminggu selama 30 hari didapatkan perbedaan hasil jumlah motorik kasar dan berat badan antara pre dan post intervensi pijat bayi yang signifikan hal ini menunjukkan bahwa terdapat efektivitas pijat bayi terhadap motorik kasar dan berat badan bayi usia 6-12 bulan hasil p value $0.001 < 0.05$.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Trisami (2014) dengan judul pengaruh terapi pijat terhadap peningkatan berat badan bayi usia 1-3 bulan di Pekan Baru dengan p value 0.000 menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi dimana peningkatan berat badan yang terjadi adalah sebesar 700 gram selama 2 minggu pemijatan

Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari pengabdian pada masyarakat yang telah dilakukan terhadap 17 ibu yang mempunyai bayi usia 1-12 bulan didapatkan adanya peningkatan pengetahuan sebesar 70% dan peningkatan keterampilan dalam melakukan pijat bayi. Saran untuk petugas kesehatan Diharapkan petugas kesehatan dapat memberikan edukasi pemanfaatan terapi-terapi komplementer

kepada masyarakat untuk meningkatkan pengetahuan dan skill masyarakat.

Ucapan Terima Kasih

Pada kegiatan pengabdian pada masyarakat ini saya mengucapkan terima kasih kepada Ketua STIK Bina Husada Palembang yang telah memberikan suport secara finansial dalam melakukan pengabdian masyarakat ini, pimpinan PMB Yanti Kab Banyuasin yang telah memberikan izin sebagai tempat pengabdian masyarakat, serta seluruh anggota tim penyuluhan dan peserta penyuluhan yang telah bekerja sama dengan baik sehingga pengabdian masyarakat ini berjalan dengan lancar.

Daftar Pustaka

- Aminarti, D. (2013). Pijat Dan Senam Untuk Bayi & Balita, Cetakan Ke-1. Yogyakarta : Brilliant Books
- Bahandri, N., 2017. Ongoing Research Project Overview. India Dipiro, J.T., Wells, B.G., Schwinghammer, T.L., Dipiro, C.V., (2015). *Pharmacotherapy Handbook Ninth Edition-Section 4 Chapter 19*, The McGraw-Hill Companies, Inc, United States.
- Chamida, Atien N. (2018). Pentingnya Stimulasi Dini Bagi Kenaikan berat badan Otak Anak. Yogyakarta: Jurusan Pendidikan Luar Biasa UNY.
- Dewi, Caroline. 2022. Tahapan Tumbuh Kembang Anak Sejak Dini Agar Optimal. <https://www.nutriclub.co.id/artikel/tumbuh-kembang/0-3-bulan/mengoptimalkan-tumbuh-kembang>.
- IDAI. (2013). Mengenal Keterlambatan Perkembangan Umum pada Anak. <http://www.idai.or.id/artikel/seputar-kesehatan-anak/mengenal-keterlambatan-perkembangan-umum-pada-anak>
- Nareza, Meva. 2020. Pentingnya Mengetahui Tahapan Pertumbuhan Anak. <https://www.alodokter.com/pentingnya-mengenal-tahapan-pertumbuhan-anak>.
- Rambe, K. S. 2019. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan Di Desa Pasar Latong Kecamatan Lubuk Barumun Kabupaten Padang Lawas Tahun 2019. Jurnal Ilmiah Simantek. <https://simantek.sciencemak>

- arioz.org/index.php/JIK/article/view/86. Diakses pada tanggal 3 maret 2022.
- Suwarjo, 2014. Salah Pijat Bayi Bisa Sebabkan Pendarahan Otak.
- Trisamsi. (2014). Pengaruh Terapi Pijat Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi Usia 1-3 bulan di Pekan Baru. www.academia.edu
- WHO. 2018. World Health Statistics of 2018. <http://aps.who.int>