

Edukasi Mengenalkan Manfaat Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Pengetahuan Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 3-12 Bulan Di Desa Semen Kecamatan Semen Kabupaten Kediri

Education On The Benefits Of Infant Massage To Improve The Knowledge Of Mothers Who Have Babies Aged 3-12 Months In Semen Village, Semen Sub-District, Kediri District

Miftakhur Rohmah¹; Rizki Fajar Amalia¹; Sheilla Fadia Pratiwi³; Nuraini Wirda Lestari⁴; Enjeles Sri Purnama⁵

¹⁻⁵ Fakultas Keperawatan Dan Kebidanan, IIK STRADA Indonesia

Address: Jl. Manila No.37, Tosaren, Kec. Pesantren, Kota Kediri, Jawa Timur

Corresponding author: m1111ftaa@gmail.com

Article History:

Received:

October 15, 2023

Accepted:

November 15, 2023

Published:

December 30, 2023

Keywords:

Education baby massage, kognitif, bayi

Abstract: *Massage for babies and toddlers can be interpreted as a comfortable touch of communication between mother and baby/toddler. Touch is a natural touch for babies and toddlers which can take the form of stroking, massaging or massaging. Baby massage is beneficial for the growth, development and healthy emotional condition of children. The aim of this community service is to increase the knowledge and ability to practice baby massage among mothers who have babies/toddlers to support children's growth and development. This activity is carried out by providing outreach in the form of leaflets and baby massage demonstrations about the benefits and techniques of baby massage. Knowledge measurement is carried out by giving a pretest before counseling and demonstration and a posttest after counseling and demonstration. This counseling was carried out in one of the residents' homes in Semen Village, Kediri Regency, which was attended by 14 mothers who had babies/toddlers. The results of the counseling were obtained before the counseling was given, there were 2 mothers (14.3%) with good knowledge and after the activity there was an increase to 10 mothers (71.4%) with good knowledge. It is hoped that further counseling will focus on providing nutrition for the growth and development of babies/toddlers.*

Abstrak. Pijat bayi dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi/ balita. Touch adalah sentuhan alamiah pada bayi dan balita yang dapat berupa tindakan mengusap, mengurut atau memijat. Pijat bayi bermanfaat untuk pertumbuhan, perkembangan dan kondisi emosional anak yang sehat. Tujuan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan dan kemampuan praktik pijat bayi pada ibu yang memiliki bayi untuk menunjang tumbuh kembang anak. Kegiatan ini dilakukan dengan memberikan penyuluhan atau edukasi menggunakan media leaflet dan demonstrasi teknik pijat bayi. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan memberikan pretest sebelum penyuluhan dan demonstrasi serta posttest sesudah penyuluhan dan demonstrasi. Edukasi ini dilaksanakan di Desa Semen Kabupaten Kediri, yang diikuti oleh 14 ibu yang memiliki bayi usia 3-12 bulan. Hasil penyuluhan didapatkan sebelum diberikan penyuluhan terdapat 2 ibu (14,3%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 10 ibu (71,4%) dengan pengetahuan Baik. Edukasi direkomendasikan sebagai bentuk promosi kesehatan salah satunya tentang pijat pada bayi yang akan memberikan menstimulasi tumbuh kembang.

Kata Kunci: Edukasi pijat bayi, pengetahuan, bayi

PENDAHULUAN

Pijat bayi dan balita dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi/ balita. *Touch* adalah sentuhan alamiah pada bayi dan balita yang dapat berupa tindakan mengusap, mengurut atau memijat. Stimulasi pijat bayi merupakan rangsangan/ stimulasi taktil-kinestetik, komunikasi verbal dan perwujudan rasa cinta kasih orang tua terhadap anak.¹ Peran orangtua sangat dibutuhkan dalam memberikan pijatan pada bayi. Untuk menciptakan komunikasi antara orang tua dan bayi melalui sentuhan pijatan yang mengandung unsur kasih sayang, suara, kontak mata, dan gerakan. Pijat bayi dapat melibatkan keluarga-keluarga terdekat untuk mendekatkan hubungan emosional, misalnya ayah, nenek, kakek. Naluri seorang bayi akan merespon dari ibunya sebagai ucapan rasa cinta, perlindungan dan perhatian.²

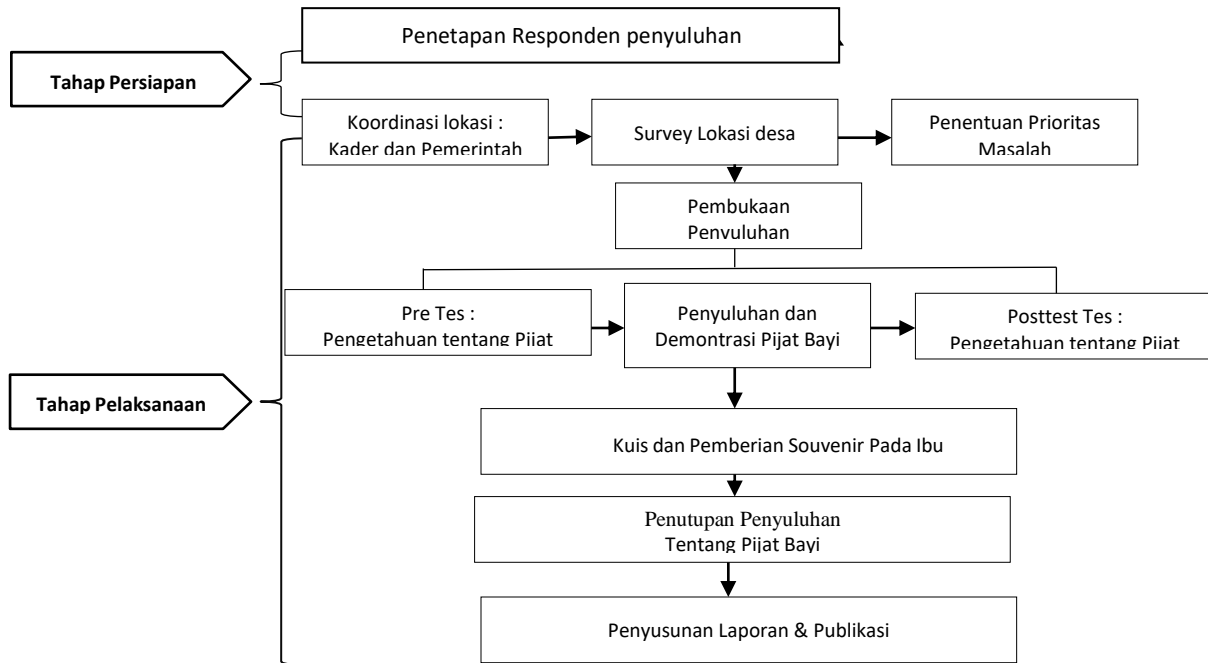
Pijat bayi dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormone katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan maupun struktur fungsi otak.³ Pijat Bayi dapat meningkatkan konsentrasi bayi dan dapat membuat bayi tidur lebih nyenyak dengan merubah gelombang otak yaitu dengan menurunkan gelombang alpha dan meningkatkan gelombang beta serta theta. Pijat bayi juga dapat menstimulasi aktivitas Nervus. Maka dari itu berat badan bayi yang dipijat meningkat lebih banyak dari pada bayi yang tidak pernah dipijat.

Pengetahuan merupakan domain penting dalam membentuk perilaku seseorang. Perilaku yang dilandasi dengan pengetahuan yang baik akan menghasilkan perilaku yang baik.⁴ Berdasarkan hasil observasi di Desa Semen Kecamatan Semen Kab. Kediri terhadap kasus kesehatan anak, ditemukan ibu yang khawatir akan tumbuh kembang anaknya dan berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan, ibu mengeluh berat badan anaknya sulit naik dan perkembangan anak dirasa tertinggal dari anak seusianya. Dari permasalahan tersebut sangat penting dilakukan upaya promotif yaitu "*Edukasi Mengenalkan Manfaat Tentang Pijat Bayi agar Pengetahuan Meningkat sebagai Usaha untuk Meningkatkan Tumbuh Kembang Anak*".

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diikuti oleh 24 orang ibu yang memiliki bayi 3-12 dan dilaksanakan pada hari Senin tanggal 20 November 2023 di Desa Semen, Kecamatan Semen Kabupaten Kediri. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini

adalah dengan memberikan penyuluhan berupa leaflet tentang manfaat dan teknik pijat bayi, dan demonstrasi praktik pijat bayi kepada ibu yang memiliki bayi. Pengukuran pengetahuan dilakukan dengan memberikan pretest sebelum edukasi dan posttest sesudah penyuluhan dan demonstrasi. Proses perencanaan dan metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat melalui diagram berikut:



Bagan 1. Tahap Kegiatan Pengabdian Masyarakat

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Pengetahuan Sebelum Diberikan Penyuluhan dan Demonstrasi

Pengetahuan	Jumlah	Persentase
Baik (Nilai 80 sd 100)	2	14,3%
Cukup (Nilai 50 sd 79)	8	57,1%
Kurang (Nilai <50)	4	28,6%
Jumlah	14	100%

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa sebagian besar pengetahuan responden dalam kategori cukup sebanyak 8 orang (57,1%) dari total 14 peserta.

Tabel 2. Pengetahuan Setelah Diberikan Penyuluhan dan Demonstrasi

Pengetahuan	Jumlah	Persentase
Baik (Nilai 80 sd 100)	10	71,4%
Cukup (Nilai 50 sd 79)	4	28,6%
Kurang (Nilai <50)	-	-
Jumlah	14	100%

Berdasarkan tabel diatas didapatkan bahwa sebagian besar pengetahuan responden dalam kategori Baik sebanyak 10 orang (71,4%) dari total 14 peserta.

Program pengabdian kepada masyarakat yang berupa edukasi mengenalkan manfaat pijat bayi dapat meningkatkan pengetahuan ibu yang memiliki bayi/balita mengenai pengertian pijat bayi, tujuan pijat bayi, manfaat pijat bayi, fisiologi pijat bayi terhadap tumbuh kembang bayi/balita, hal-hal yang perlu diperhatikan sebelum pemijatan, dan teknik melakukan pijat bayi. Selain itu, ibu juga dapat mempraktikkan secara langsung langkah-langkah pemijatan bayi berdasarkan demonstrasi yang dicontohkan dengan benar. Melalui kegiatan ini, ibu di Desa Semen Kabupaten Kediri dapat meningkatkan pengetahuan serta kemampuan dalam melakukan praktik pijat bayi, dalam upaya meningkatkan kesehatan serta tumbuh kembang pada anak Hal tersebut terbukti dari Rekap hasil Kuesioner sebelum dan sesudah diberikan edukasi. Sebelum diberikan edukasi terdapat 2 ibu (14,3%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 10 ibu (71,4%) dengan pengetahuan Baik. Hal ini menunjukkan peserta sangat antusias untuk meningkatkan pengetahuan mereka tentang pentingnya edukasi pijat bayi terhadap tumbuh kembang bayi usia 3-12 bulan.



Gambar 1. Proses Pelaksanaan Kegiatan Pengabdian



Gambar 2. Leaflet edukasi manfaat Pijat Bayi Tampak Depan



Gambar 3. Leaflet edukasi manfaat Pijat Bayi Tampak Belakang

Saat sesi diskusi peserta sangat antusias terhadap penyampaian materi yaitu ada 6 peserta yang mengajukan pertanyaan. Pertanyaan Pertama disampaikan Oleh Ibu ibu Suharti

“Kapan waktu yang paling tepat untuk pijat bayi?” dan dijawab oleh Mahasiswa Riris “waktu yang tepat untuk melakukan pijat bayi adalah pada saat pagi dan malam hari. Pada saat pagi hari pijatan bisa dilakukan sebelum bayi dimandikan, karena sisa-sisa minyak pijat akan lebih mudah dibersihkan, selain itu juga pijatan pagi hari memberikan nuansa ceria bagi bayi. Sedangkan untuk malam hari pijatan dapat dilakukan sebelum bayi tidur karena pijatan malam hari sangatlah baik. Karena setelah pemijatan biasanya bayi akan santai dan mengantuk, hal ini berguna untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak”.

Pertanyaan ke dua di sampaikan oleh ibu Ania “Apa saja manfaat dari pijat bayi?” Pertanyaan di jawab oleh Mahasiswa Wirda” ada beberapa manfaat pijat bayi diantaranya adalah membantu relaksasi pada bayi, membuat tidur bayi lebih lelap dan lama serta membantu mengatasi gangguan tidur, dapat meningkatkan ikatan/bonding antara anak dan ibu/orang tua, membantu pengaturan sistem pencernaan, sistem respirasi dan sirkulasi darah, meningkatkan daya tahan tubuh anak, dapat merangsang pertumbuhan badan serta perkembangan kemampuan gerak, bicara, bahasa, dan kemandirian anak agar berlangsung secara optimal sesuai dengan usia anak.

Pertanyaan ke tiga di sampaikan oleh ibu Kholisah “Apa alasan kenapa pijat bayi dapat mempengaruhi pertumbuhan anak?” Pertanyaan di Jawab oleh mahasiswa Shella “alasan pijat bayi dapat mempengaruhi pertumbuhan anak dikarenakan pijatan dapat merangsang sistem saraf, meningkatkan sirkulasi darah, dan membantu perkembangan otot. Selain itu juga, sentuhan lembut selama pijatan dapat meningkatkan produksi hormon pertumbuhan dan merangsang produksi hormon-hormon penting lainnya yang mendukung pertumbuhan anak.

Pertanyaan ke empat disampaikan oleh ibu Istiqomah “Bagaimanakah pijat bayi untuk menambah nafsu makan bayi?” pertanyaan dijawab oleh mahasiswa Enjel “Pijatan penambah nafsu makan dapat dilakukan pijatan pada tangan dengan cara: Pertama, tekuk sedikit ibu jari dan usap sisi ibu jari dari arah ujung ibu jari ke pangkal ibu jari, Pijat tekan pada bagian otot yang paling tebal pada telapak tangan bagian bawah ibu jari, pijat tekan memutar pada bagian $\frac{2}{3}$ antara pusat telapak tangan dan pangkal kelingking, tekan melingkar menggunakan telapak tangan titik diatas pusar searah jarum jam, dan tekan melingkar titik di bawah tempurung lutut kearah luar sekitar 4 jari ditekan secara melingkar. Dilanjutkan dengan pijatan pada daerah punggung dengan cara: menekan ringan pada tulang punggung bayi dari atas ke bawah selama 3x dan dilanjutkan dengan gerakan cubitan lembut pada kulit di kedua sisi tulang belakang dari bawah ke atas, gerakan diulangi selama 3 kali. Fungsi pijatan ini adalah untuk meningkatkan imunitas dan memperbaiki nafsu makan bayi.”

Pertanyaan ke lima disampaikan oleh ibu Susant “Bagaimana langkah pemijatan pada

area perut?” Pertanyaan dijawab oleh mahasiswa Riris “langkah pijatan pada perut dapat dilakukan mulai dari gerakan ¹bermain piano dengan cara memberikan gerakan lembut dengan menggunakan 8 jari, 4 jari kanan 4 jari kiri dari arah kanan bawah ke atas hingga perbatasan rusuk, lalu ke kiri hingga perbatasan rusuk sisi satunya lalu ke arah bawah perut bayi. ²Gerakan I LOVE YOU dilakukan dengan cara: “I” Pijatlah perut bayi mulai dari bagian kiri atas ke bawah dengan menggunakan jari-jari tangan kanan membentuk huruf “I”. “LOVE” Pijatlah perut bayi membentuk huruf “L” terbalik, mulai dari kanan atas ke kiri atas, kemudian dari kiri atas ke kiri bawah. “YOU” Pijatlah perut bayi membentuk huruf “U” terbalik, mulai dari kanan bawah (daerah usus buntu) ke atas, kemudian ke kiri, ke bawah, dan berakhir di perut bawah.”

Pertanyaan ke enam disampaikan oleh ibu Indah “Bagaimana langkah pemijatan pada area kaki?” pertanyaan dijawab oleh mahasiswa Wirda “langkah pemijatan dimulai dari:

- a. Telapak kaki Horizontal dengan cara pijat dengan tekanan secara perlahan menggunakan ibu jari tangan kanan dan kiri dari arah tumit ke arah jari-jari kaki, dan telapak kaki Vertikal dengan cara mengusap telapak kaki bayi dengan ibu jari bergantian kanan dan kiri dari tumit ke arah jari-jari kaki,
- b. Punggung kaki dilakukan dengan cara mengusapkan ibu jari tangan kanan dan kiri bergantian dari pergelangan kaki ke arah jari-jari kaki,
- c. Pergelangan kaki dilakukan gerakan memutar ibu jari dari mata kaki sebelah dalam, sambil mengitari seluruh sisi pergelangan,
- d. Jari-jari kaki dengan cara mengusapkan keempat sisi masing-masing jari bayi dari pangkal ke ujung mulai dari ibu jari sampai kelingking, dan
- e. lengan kaki (lakukan gerakan sama dengan lengan tangan).”

KESIMPULAN

Penyuluhan pada 14 peserta di lakukan di Desa Semen Kecamatan Semen Kabupaten Kediri. Sebelum diberikan penyuluhan terdapat 2 ibu (14,3%) dengan pengetahuan Baik dan setelah kegiatan terdapat peningkatan menjadi 10 ibu (71,4%) dengan pengetahuan Baik. Dengan meningkatnya pengetahuan ibu tentang pijat bayi diharapkan ibu dapat melakukan pijat bayi sendiri dirumah. Edukasi direkomendasikan sebagai bentuk promosi kesehatan salah satunya tentang pijat pada bayi yang akan memberikan menstimulasi tumbuh kembang.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada seluruh pihak yang telah berpartisipasi aktif pada program ini, baik itu dari pihak institusi, yaitu IIK STRADA Indonesia sebagai pihak yang menyelenggarakan dan merancang seluruh kegiatan pengabdian ini, maupun juga masyarakat Desa Semen, Kecamatan Semen Kabupaten Kediri menjadi peserta penyuluhan, serta pemerintahan yang telah memberikan izin pelaksanaan pengabdian ini.

DAFTAR REFERENSI

- Mulyati, S., Darmini, D., Ardiyanto, J., & Wibowo, G. M. (2017). Promosi Kesehatan Masyarakat Pijat Aman, Bayi Senang Di Posdaya Anggrek Husada Kelurahan Kedungmundu Kecamatan Tembalang Kota Semarang. *LINK*, 13(2), 1-4.
- Roesli. (2015). *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Setiawandari. (2019). *Stimulasi Pijat Bayi dan Balita*. Surabaya: Adi Buana University Press.
- T. Rusmini. (1999). *Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT Fajar Pratama.