

PENDAMPINGAN STIMULASI TUMBUH KEMBANG BAYI DENGAN METODE PIJAT BAYI (*BABY MASSAGE*)

Norlaila Sofia^{1*}, Nur Rohmah Prihatanti², Noor Adha Aprilea³, Asy-syifa Nashriyah⁴

^{1*,2,3,4}Jurusan Kebidanan, Kemenkes Poltekkes Banjarmasin

Jl. H. Mistar Cokrokusumo No.1A Banjarbaru, Kalimantan Selatan, Indonesia

Email: fia.bjm@gmail.com^{1*}, nur.rohmahpri@gmail.com², nooradhaaprilea@gmail.com³, syifaifa22e@gmail.com⁴

Received : Oktober, 2024

Accepted : Desember, 2024

Published : Desember, 2024

Abstrak

Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dan ibu yang memiliki bayi di bawah dua tahun (*baduta*) tentang stimulasi tumbuh kembang bayi dengan metode pijat bayi sehat (*baby massage*) di wilayah kerja Puskesmas Astambul, Kabupaten Banjar. Program ini dilaksanakan melalui serangkaian kegiatan meliputi penyuluhan, demonstrasi, praktik langsung, serta evaluasi dan monitoring. Kegiatan ini diikuti oleh 30 peserta, terdiri dari 20 ibu dengan *baduta* dan 10 kader posyandu. Hasil yang dicapai meliputi peningkatan pengetahuan peserta tentang pentingnya stimulasi tumbuh kembang bayi dan manfaat pijat bayi, peningkatan keterampilan dalam melakukan pijat bayi, serta partisipasi aktif kader dalam meneruskan program ini di posyandu masing-masing. Evaluasi dilakukan sebanyak 3 kali untuk memantau penerapan pijat bayi oleh ibu secara mandiri.

Kata Kunci : pijat bayi, stimulasi, peningkatan ketrampilan

Abstract

This community service activity aims to increase the knowledge and skills of posyandu cadres and mothers who have babies under two years old (baduta) regarding stimulating baby growth and development using healthy baby massage methods in the Astambul Community Health Center working area, Banjar Regency. This program is implemented through a series of activities including counseling, demonstrations, direct practice, as well as evaluation and monitoring. This activity was attended by 30 participants, consisting of 20 mothers with baduta and 10 posyandu cadres. The results achieved include increasing participants' knowledge about the importance of stimulating baby growth and development and the benefits of baby massage, increasing skills in carrying out baby massage, as well as active participation of cadres in continuing this program at their respective posyandu. The evaluation was carried out 3 times to monitor the application of baby massage by the mother independently.

Keywords: baby massage, stimulation, skills improvement

Pendahuluan

Pembangunan kesehatan merupakan bagian dari upaya membangun manusia seutuhnya antara lain melalui upaya kesehatan anak yang meliputi kelangsungan hidup, meningkatkan kualitas hidup dan perlindungan anak. Anak merupakan investasi bangsa di masa depan yang harus dipenuhi hak-haknya termasuk untuk mendapatkan pelayanan kesehatan yang berkualitas. Pola asih, asah, dan asuh yang diberikan harus sesuai standar siklus kehidupan, termasuk pemberian gizi seimbang dan pelayanan kesehatan dasar yang berkualitas (Diniaty & Lili, 2021). Hal ini memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan selama neonatal, bayi dan bawah dua tahun (*baduta*). Peningkatan kualitas hidup anak yang optimal dimulai sedini mungkin sejak dalam

kandungan sampai *baduta*, sebagaimana dicanangkan oleh pemerintah melalui program “Seribu Hari Pertama Kehidupan” (Korompis et al., 2018; Pratiwi, 2021). Salah satu upaya untuk memaksimalkan tumbuh kembang anak secara komprehensif dan berkualitas yaitu dengan melakukan stimulasi sejak dalam kandungan hingga usia 2 tahun. Stimulasi dini dan asupan gizi seimbang yang dilakukan pada usia 0–2 tahun merupakan waktu yang tepat untuk mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal tersebut. Pemantauan perkembangan bayi, anak balita dan prasekolah dilaksanakan melalui kegiatan Stimulasi, Deteksi, dan Intervensi Dini Tumbuh Kembang (SDIDTK). Dengan melaksanakan deteksi dini, maka penyimpangan tumbuh kembang

dapat ditemukan lebih dini sehingga lebih mudah diintervensi. Bila penyimpangan terlambat dideteksi, akan lebih sulit diintervensi dan mempengaruhi tumbuh kembang anak (Fauziah & Dewi Ratna Sari, 2019; Yulianingsih & Rasyid, 2020).

Riskesdas tahun 2018 mengemukakan bahwa masih banyak ditemukan masalah kesehatan anak, berdasarkan balita yang mengalami gizi buruk dan gizi kurang 17,7%, anak yang mengalami pendek / stunting 30,8%, balita kurus 13,3%, berat badan lahir rendah 11,1%, dan pemberian ASI eksklusif 55,7% (Balitbangkes RI, 2019). Pemerintah dan Pemerintah Daerah wajib menyediakan fasilitas dan menyelenggarakan upaya kesehatan yang komprehensif bagi anak agar setiap anak memperoleh derajat kesehatan yang optimal. Berdasarkan UU RI Nomor 35 tahun 2014 tentang perlindungan anak pasal 44, upaya kesehatan yang komprehensif meliputi upaya promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif, baik untuk pelayanan kesehatan dasar atau rujukan. Salah satu upaya promotif yang dapat dilakukan untuk mengatasi kesehatan anak adalah teknik manual berupa stimulasi pijat. Pijat bayi adalah suatu sentuhan (touch therapy) yang dapat mempererat ikatan/bounding antara orang tua dan anak, sebagai bahasa cinta sentuhan yang diberikan pada jaringan lunak yang sangat bermanfaat bagi anak maupun orang tua (S et al., 2020).

Stimulasi pijat pada Baduta tidak menutup kemungkinan dapat dilakukan sampai usia Balita, mengingat perkembangan otak anak yang pesat hingga usia 5 tahun. Pijat bayi merupakan salah satu kebudayaan tradisional yang paling tua di Indonesia bahkan di dunia. Hampir seluruh daerah di Indonesia mempunyai kebiasaan memijat bayinya sejak bayi lahir hingga masa kanak-kanak (Pertiwi & Hidayanti, 2022). Plastisitas otak anak pada 1000 hari kehidupan sangat tinggi, periode ini adalah periode kritis pertumbuhan dan perkembangan anak dimana otak sangat peka terhadap pengaruh luar/lingkungan, baik pengaruh yang bersifat mendukung atau menghambat. Periode ini memberi peluang khusus untuk pembinaan kesehatan dan perkembangan pada bidang tertentu, dan juga merupakan peluang untuk memperbaiki gangguan serta mengkompensasi kerusakan yang terjadi sebelumnya. Para pakar telah membuktikan bahwa dengan melakukan pijat bayi secara rutin dapat meningkatkan berat badan, perkembangan baik fisik maupun emosi bayi, meningkatkan kuantitas dan kualitas tidur, bahkan dapat meningkatkan daya tahan tubuh untuk mempertahankan kesehatannya. Sedangkan manfaat bagi ibu yaitu dapat meningkatkan produksi ASI, mempererat ikatan batin dan emosional antara ibu dan bayi (Hong-ying & Wei, 2010; S et al., 2020).

Sehubungan dengan hal tersebut, diperlukan strategi untuk penyampaian pesan dan pemberian

pelayanan oleh tenaga kesehatan sebagai bentuk kepedulian dalam kebutuhan keluarga dan masyarakat sebagai upaya promotif-preventif. Sejalan dengan hal tersebut di atas maka perlu dilaksanakan pijat bayi di fasilitas pelayanan kesehatan, sesuai dengan Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 37 tahun 2017 tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional Integrasi (Permenkes RI No. 37 Tahun 2017 Tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional Integrasi, 2017).

Kecamatan Astambul merupakan salah satu kecamatan yang berada di Kabupaten Banjar. Kecamatan Astambul merupakan daerah yang pesat perkembangannya dan padat penduduk. Wilayah kerja Puskesmas Astambul sudah memiliki kelas ibu postpartum dan kelas bayi balita namun stimulasi tumbuh kembang bayi menggunakan metode pijat bayi ini belum pernah diberikan di kelas tersebut, masyarakat sekitar melakukan pemijatan pada anak mereka dengan pergi ke dukun yang dianggap ahli dalam melakukan pemijatan dan pemijatan yang dilakukan tersebut ditujukan hanya untuk menyembuhkan penyakit, pijat ini sering dipaksakan dan membuat bayi tidak nyaman akibatnya bayi menangis keras bahkan merontaronta dan akhirnya bayi kelelahan menangis dan tertidur tetapi hal tersebut bukan karena bayi rileks akibat dipijat. Sedangkan salah satu manfaat pijat bayi yang dilakukan secara rutin adalah dapat menstimulus tumbuh kembang anak, sehingga sebagai langkah awal dan salah satu bentuk pelayanan primer, dirasa perlu diberikan pendidikan kesehatan dan keterampilan metode pijat bayi bagi kader maupun ibu yang memiliki baduta dalam bentuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada tahun 2024(S et al., 2020).

Metode

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian Masyarakat melalui penyuluhan, demonstrasi dan praktik, diskusi dan tanya jawab, serta evaluasi dan monitoring.

Penyuluhan dilakukan dengan memberikan penjelasan tentang pentingnya stimulasi tumbuh kembang pada bayi, manfaat pijat bayi, dan teori dasar teknik pijat bayi. Penyampaian materi dengan menggunakan metode ceramah, diskusi, tanya jawab dan demonstrasi menggunakan alat peraga phantom serta praktik penerapan secara langsung oleh kader dan ibu. Pelaksanaan dilakukan sebanyak 4x pertemuan di Posyandu yang berada di wilayah kerja UPT Puskesmas Astambul. Materi disampaikan oleh seorang penyaji dan dibantu oleh 2 orang asisten serta 3 orang mahasiswa. Kegiatan ini dilaksanakan sesuai jadwal pada saat kelas bayi balita di Rumah Bidan Desa Kaliukan Wilayah Kerja Puskesmas Astambul dan bekerja sama dengan kader dan pihak Puskesmas.

Demonstrasi dan Praktik teknik pijat bayi yang benar oleh instruktur kepada para peserta. Setelah

demonstrasi, peserta, baik ibu maupun kader, melakukan praktik pijat bayi secara langsung dengan supervisi dari tim pengabdian.

Diskusi dan tanya jawab secara interaktif untuk menjawab pertanyaan dan masalah yang dihadapi peserta terkait tumbuh kembang bayi dan pelaksanaan pijat bayi.

Evaluasi dan monitoring untuk memantau keberhasilan program yang dilakukan dengan mengunjungi para ibu dan kader setelah kegiatan untuk melihat penerapan pijat bayi di rumah atau di posyandu

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian ini diawali dengan melakukan persiapan kegiatan. Persiapan kegiatan dilakukan dengan melakukan perijinan, koordinasi dan sosialisasi dengan pihak yang terkait dalam pengabdian masyarakat. Kegiatan dilakukan dalam bentuk pendidikan kesehatan dan praktik pijat bayi yang diikuti oleh masyarakat yaitu ibu-ibu yang mempunyai anak dengan usia di bawah dua tahun (Baduta) di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul, tepatnya di Desa Kaliukan. Peserta mitra pengabdian masyarakat diberikan penjelasan tentang tujuan, manfaat, jadwal kegiatan, serta rencana monitoring dan evaluasi kegiatan. Persiapan juga meliputi perencanaan tempat dan sarana dan prasarana yang diperlukan. Selanjutnya dilakukan kegiatan diskusi tentang pijat bayi, peserta mitra juga diberikan leaflet tentang pijat bayi.

Upaya kesehatan ibu dan anak yang sehat dan bertumbuh kembang secara optimal serta untuk menjaga kualitas sumber daya manusia Indonesia, produktifitas, dan daya saing bangsa diperlukan Komunikasi, Informasi dan Edukasi (KIE) yang efektif dan efisien (Prihantanti et al., 2023). Bentuk KIE di masyarakat dapat dilakukan melalui penyuluhan. Penyuluhan pada kegiatan Pengabdian Masyarakat yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Astambul diharapkan dapat menambah pengetahuan masyarakat / ibu yang memiliki Baduta tentang pijat bayi dan dapat mempraktikkan secara rutin kepada anaknya setiap hari yaitu 2 kali sehari sebelum mandi pagi dan mandi sore.

Dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan masyarakat tentang pijat bayi, diharapkan dapat membantu memperbaiki kualitas kesehatan dan keberhasilan pembangunan di masa depan. Keberhasilan pembangunan sangat ditentukan oleh pembangunan kependudukan, ekonomi, budaya dan karakter bangsa yang harus berpusat pada penduduk (people-centered development), yaitu pembangunan yang berorientasi kepada potensi dan kebutuhan sosial, ekonomi, budaya dan ketentraman lahir dan batin penduduk (Kumalasari et al., 2023).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat/pendampingan ini diikuti oleh 30 orang peserta, yang terdiri dari 20 ibu dengan baduta dan 10 kader posyandu.

1. Pengetahuan

Sebanyak 90% peserta mampu menjelaskan pentingnya stimulasi tumbuh kembang bayi dan manfaat pijat bayi setelah mengikuti penyuluhan. Mereka juga memahami berbagai manfaat lain, seperti peningkatan ikatan ibu dan bayi.

2. Keterampilan

Setelah melakukan praktik, sebanyak 85% peserta berhasil melakukan teknik pijat bayi yang benar sesuai dengan arahan instruktur. Peserta yang masih belum mahir diberikan pendampingan tambahan untuk memperbaiki teknik.

3. Partisipasi Aktif Kader

Kader posyandu menyatakan kesiapan untuk meneruskan program ini di posyandu masing-masing, dengan memberikan edukasi dan praktik pijat bayi kepada ibu-ibu yang belum sempat mengikuti kegiatan ini.

4. Respons Positif para Ibu

Ibu-ibu peserta program menyatakan bahwa mereka merasa lebih percaya diri dalam memberikan stimulasi kepada bayinya. Beberapa ibu bahkan melaporkan adanya perubahan positif pada bayi mereka, seperti peningkatan pola tidur dan berat badan yang lebih stabil.

Hasil monitoring dan evaluasi menunjukkan bahwa kegiatan telah berjalan dengan baik dan lancar. Peserta mitra telah memahami pentingnya stimulasi tumbuh kembang bayi dengan melakukan pijat bayi serta dan ibu mampu mengaplikasikan praktik pijat bayi kepada anaknya.



Gambar 1: Dokumentasi Kegiatan PKM

Simpulan dan Saran

Kegiatan pendampingan stimulasi tumbuh kembang bayi dengan metode pijat bayi ini berhasil mencapai tujuan utamanya, yaitu meningkatkan pengetahuan dan keterampilan para ibu dan kader posyandu dalam melakukan pijat bayi. Partisipasi aktif kader dan ibu menjadi kunci keberhasilan program. Kader posyandu siap melanjutkan program dalam lingkup yang lebih luas, sehingga diharapkan dapat berdampak positif pada peningkatan kesehatan bayi di wilayah kerja Puskesmas Astambul. Program serupa dapat diterapkan di wilayah lain dengan menggandeng kader posyandu sebagai fasilitator utama.

Daftar Rujukan

- Balitbangkes RI. (2019). Laporan Nasional Riskesdas 2018. In *Kemendes RI*.
- Diniaty, R. I. Y., & Lili, P. (2021). Sosialisasi dan Simulasi Tentang Pemijatan Bayi Untuk Mendukung Tumbuh Kembang Bayi. *To Marga Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(1), 63–70.
<https://doi.org/http://dx.doi.org/10.35914/tom aega.v4i1.492>
- Fauziah, R., & Dewi Ratna Sari. (2019). Pengaruh Baby Massage terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan. *Kebidanan*, 9(2), 108–113.
- Hong-ying, D., & Wei, W. (2010). Clinical Observations on Curative Effect of TCM Massage on Dyssomnia of Infants. *Journal of Traditional Chinese Medicine*, 30(4), 299–301.
[https://doi.org/10.1016/S0254-6272\(10\)60060-X](https://doi.org/10.1016/S0254-6272(10)60060-X)
- Korompis, M., Pesik, D. M. D., Manado, P. K., & Kebidanan, J. (2018). Pentingnya Pijat Pada 1000 Hari Pertama Kehidupan Anak. *PROSIDING Seminar Nasional Tahun 2018* ISBN: 2549-0931, 1(3), 516–524.
<https://ejournal.poltekkes-manado.ac.id/index.php/prosiding2018/article/view/450>
- Kumalasari, I., Amin, M., Maksuk, M., Hendawati, H., Jaya, H., & Suryani, A. (2023). Pendidikan Kesehatan dalam Meningkatkan Pengetahuan, Sikap, dan Keterampilan Ibu Melakukan Pijat Bayi. *HIGEIA (Journal of Public Health Research and Development)*, 7(1), 145–153.
<https://doi.org/10.15294/higeia.v7i1.58356>
- Permenkes RI No. 37 Tahun 2017 Tentang Pelayanan Kesehatan Tradisional Integrasi, Pub. L. No. 37 Tahun 2017, 1 (2017).
- Pertiwi, D., & Hidayanti, D. (2022). Evidence Based Cased Report (Ebcr) Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi. *Jurnal Kesehatan Siliwangi*, 3(2), 250–258.
<https://doi.org/10.34011/jks.v3i2.1207>
- Pratiwi, T. (2021). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Pada Bayi Usia 1-6 Bulan. *J-KESMAS: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 9.
<https://doi.org/10.35329/jkesmas.v7i1.1921>
- Prihantanti, N. R., Hapisah, Daiyah, I., Megawati, Rizani, A., & Ismarini, N. (2023). Pemanfaatan Buku Kia untuk Optimalisasi 1000 Hari Pertama Kehidupan di Wilayah Kelurahan Palam. *Jurnal Rakat Sehat*.
- S, K., Sutarmi, & W, M. N. (2020). *Loving Baby Massage and Spa* (F. Ahmad & S. Fauziah (eds.); 5th ed.). Indonesian Holistic Care Association (IHCA).
- Yulianingsih, E., & Rasyid, P. S. (2020). Pijat Bayi Berpengaruh Terhadap Kuantitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan. *JIDAN (Jurnal Ilmiah Bidan)*, 7(1), 20–28.
<https://doi.org/10.47718/jib.v7i1.1089>