



## **PELATIHAN PIJAT BAYI TERHADAP KETERAMPILAN IBU DALAM MEMIJAT BAYI**

**Ade Nurhasanah Amir<sup>1\*</sup>, Marisa Lia Anggraini<sup>2</sup>, Hartati Deri Manila<sup>3</sup>**

<sup>1,2,3</sup>Stikes Syedza Saintika

\*Email : Adheknurhasanaha@gmail.com

### **ABSTRAK**

Angka kematian bayi baru lahir secara global menurun dari 5 juta pada tahun 1990 menjadi 2,4 juta pada tahun 2019, meskipun angka kematian bayi menurun namun anak-anak tetap menghadapi risiko kematian terbesar dalam 28 hari pertama kehidupan. Di Sumatera Barat angka kematian bayi tahun 2019 terdapat 215 kasus dan kematian neonatal 168 kasus. Perlu adanya perlakuan yang dilakukan ibu untuk tetap menjaga kesehatan bayi melalui pijat bayi yang bisa dilakukan secara mandiri. Tujuan pelatihan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan perilaku dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri. Pelatihan ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Pengambiran Kota Padang, jenis pre eksperimen dengan rancangan penelitian one group pretest-posttest design. Jumlah sampel sebanyak 10 ibu yang memiliki bayi umur 3-11 bulan yang ditarik dengan teknik purposive sampling. Instrumen pengumpulan data menggunakan kuesioner dan lembar checklist. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh pelatihan pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat secara mandiri. Disarankan kepada kader kesehatan untuk mengaktifkan pelatihan pijat bayi ketika ibu melakukan kunjungan posyandu, kepada ibu untuk meningkatkan perilaku dan keterampilan pijat bayi dengan aktif ikut pelatihan dan konsultasi dengan tenaga kesehatan.

Kata Kunci : Pelatihan, Pijat Bayi, Perilaku, Keterampilan

### **ABSTRACT**

*Baby massage is the oldest and most popular touch therapy known to man and one of the most important forms of early stimulation to support a child's growth and development. In Indonesia, the implementation of infant massage in the community is carried out by traditional birth attendants, where it is only implemented when the baby is sick. Baby massage will be optimal as a stimulation for growth and development if it is done regularly when healthy, not when sick. This service aims to provide understanding and practice of infant massage to the community, especially mothers who have babies so that they can independently massage their babies to their children. The method used is training and education to the community with the target of postpartum mothers and their babies totaling 15 people, and is carried out for 2 days. The activity on the first day was counseling by providing knowledge about baby massage and its effect on infant growth and development, while on the second day, training was held for infant massage for mothers and babies guided by certified instructors.*

**Key Word:** *Baby Massage, Baby Spa, Growth and Development, Baby*

## PENDAHULUAN

Program untuk mencapai tujuan *Sustainable Development Goals* (SDGs) dalam rangka mewujudkan masyarakat Indonesia yang sejahtera dan merata adalah dengan menurunkan angka kematian bayi (AKB) sekurang-kurangnya 12 per 1.000 kelahiran hidup pada tahun 2030 (WHO, 2020). Data WHO tahun 2013 menunjukkan angka kelahiran bayi di Indonesia pada tahun 2010 terdapat 4.371.800 jiwa. Meskipun angka kematian bayi baru lahir secara global menurun dari 5 juta pada tahun 1990 menjadi 2,4 juta pada tahun 2019, anak-anak menghadapi risiko kematian terbesar dalam 28 hari pertama mereka (BPS, 2018). Berdasarkan data dari profil kesehatan Sumatera Barat tahun 2019 menunjukkan angka kematian neonatal, bayi dan balita masih cukup tinggi, dimana terdapat 168 kasus kematian neonatal, kematian bayi sebanyak 215 kasus dan kematian balita sebanyak 27 kasus (DKK, 2017). Diketahui faktor risiko yang berperan pada kematian bayi adalah karakteristik ibu dan anak serta keadaan kelahiran. Penyebab kematian bayi antara lain kurangnya stimulus dan nutrisi, berat badan lahir rendah (BBLR), pnemonia, dan lain sebagainya (Ronald, 2011).

Ilmuan di Venezuela melakukan penelitian tentang memberikan stimulus kepada janin yang berada didalam kandungan, ketika menjelang persalinan sampai terjadinya kelahiran bayi. Temuan peneliti jika bayi yang sering mendapat sentuhan maka saat lahir bayi tersebut gerakannya akan menjadi lincah (Roesli, 2013). Hasil penelitian tahun 2018 yang menyatakan bahwa pijat bayi

berpengaruh terhadap peningkatan frekuensi menyusu pada bayi 1-3 bulan (Farida et al., 2018). Penelitian lain menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang bermakna antara terapi pijat, umur kehamilan dan riwayat komplikasi selama kehamilan dengan kenaikan berat badan BBLR (Natalina, 2019). Hasil Penelitian lain yang dilakukan menyatakan bahwa pijat bayi bermanfaat meningkatkan hubungan batin orang tua dan bayinya, meningkatkan produksi air susu ibu, mengembangkan komunikasi, memahami isyarat bayi serta meningkatkan frekuensi asupan nutrisi yang buktikan dengan rata-rata bayi

yang dilakukan stimulasi pijat bayi mengalami peningkatan berat badan dalam waktu 15 hari pemijatan (Ulfa et al., 2020).

Pijat bayi juga disebut dengan *touch therapy* yang artinya adalah salah satu teknik yang menggabungkan manfaat fisik sentuhan manusia dengan manfaat emosional seperti ikatan batin (*bonding*). Pijat bayi juga merupakan satu alternatif upaya untuk meraih derajat kesehatan yang paling sederhana yang bisa dilakukan di rumah, selain itu pijat bayi juga dapat menimbulkan suatu kontak batin antara anak dan orang tua (Pratyahara, 2012). Menfaat pijat bayi secara umum dapat membuat bayi merasa nyaman, dan relaks, pijat membuat otot-otot bayi menjadi renggang, pijat bayi dapat membantu konsentrasi, memicu perkembangan otak, meringankan pencernaan, dan membantu oksigen menuju keotak (Saputri, 2019).

Pemijatan yang dilaksanakan secara teratur pada bayi digunakan pemijatan pada kaki, perut, dada, tangan, punggung, dan gerakan

peregangan dapat meningkatkan berat badan bayi. Pemijatan tersebut akan terjadi potensi aksi saraf yang merangsang *nervus vagus* kemudian akan merangsang peningkatan peristaltik usus, sehingga penyerapan makanan dalam tubuh akan lebih maksimal. Pemijatan pada bayi juga dapat melancarkan peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, sehingga berat badan bayi akan meningkat. Berdasarkan hasil penelitian juga disimpulkan bahwa terdapat pengaruh pemijatan pada bayi terhadap kenaikan berat badan (Kalsum, 2014)

Studi pendahuluan yang dilakukan di Kota Pengambiran diperoleh dari 10 ibu yang mempunyai bayi terdapat 7 ibu tidak pernah melakukan pijat bayi sendiri, ibu bayi lebih cenderung mempercayakan kepada dukun bayi untuk melakukan pijat kepada bayinya. Hal ini membuktikan meskipun pijat bayi memberikan banyak manfaat yang besar kepada bayi dan orang tua, namun orang tua masih merasa takut untuk melakukan pijat bayi sendiri. Faktor yang mempengaruhi ibu adalah kurangnya pengetahuan ibu tentang pentingnya pijat bayi secara mandiri, dan orang tua merasa takut salah memijat dan menyakiti bayinya. Sehingga hal ini menimbulkan sikap dan perilaku negatif ibu terhadap stimulus pemijatan bayi secara mandiri (Ariyanti, 2019). Salah satu upaya yang dapat dilakukan dengan memberikan keterampilan kepada orang tua dalam melakukan pijat bayi secara mandiri melalui kelas pijat bayi. Sehingga tujuan khusus penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pijat bayi terhadap pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan

pijat bayi secara mandiri.

## **METODE**

Pengabdian kepada masyarakat dengan mengadakan pelatihan pijat bayi kepada ibu yang mempunyai balita, dilaksanakan di Wilayah Kerja Puskesmas Pengambiran Kota Padang. Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) dimulai dari persiapan yang dilakukan mulai dari bulan Juni-July 2021, Pelaksanaan PKM menggunakan metode pelatihan dan pendidikan masyarakat yaitu melibatkan masyarakat dan mahasiswa selama proses pelaksanaan. Pelaksanaan Pelatihan dilakukan pada tanggal 1-2 Agustus 2021, Adapun kegiatan pelaksanaan pelatihan yang akan dilaksanakan yaitu Pelatihan Materi dan Pelatihan Baby Spa, dan yang terakhir kita melakukan Evaluasi.

## **Persiapan**

Pada tahap persiapan dilakukan dengan survei wilayah dimana tim PKM memutuskan untuk melaksanakan PKM di Wilayah kerja puskesmas Pengambiran Padang. Pada kegiatan PKM, dosen melibatkan mahasiswa DIII Kebidanan sebanyak 5 orang yang akan membantu dalam temu konsultasi mitra, identifikasi masalah dan perumusan masalah dalam kegiatan serta penyusunan schedule Pelatihan Baby Spa. Mahasiswa dalam tahap persiapan membantu untuk identifikasi masalah pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Persiapan petugas yaitu pembagian tugas dan tanggung jawab dosen yaitu sebagai pemateri dan instruktur pijat bayi dan mahasiswa yang terlibat dalam PKM yaitu sebagai pendamping, dokumentasi dan membantu pelatihan, Persiapan materi dan media yang akan digunakan dalam kegiatan PKM yaitu Laptop, LCD,

Leaflet, powerpoint

### **Pelaksanaan**

Kegiatan Pengabmas dilaksanakan dalam bentuk pelatihan pada ibu agar dapat memberdayakan diri dalam pertumbuhan, perkembangan dan psikologi antara ibu dan bayi dengan metode ceramah, demonstrasi dan tanya jawab serta pelaksanaan simulasi dan latihan pijat bayi. Peserta PKM terdiri dari 15 orang ibu beserta bayinya dengan umur 3-6 bulan, Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan sebanyak 2 (dua) kali yaitu pada tanggal 1 dan 2 agustus 2021 di Wilayah kerja puskesmas pengambiran. Kegiatan pelatihan disampaikan oleh 1 pemateri yaitu Dosen S1 Kebidanan dengan rincian materi sebagai berikut : Pijat Bayi dan pengaruh pijat bayi terhadap tumbuh kembang bayi. Penyampaian materi tentang pijat bayi serta pengaruhnya terhadap tumbuh kembang bayi dikarenakan sebagian besar pasien di BPM Suriyanti belum memiliki pengetahuan yang cukup tentang pijat bayi. BPM Suriyanti dikenal dengan BPM yang menerima layanan “Baby Spa”, kebanyakan pasien membawa bayinya untuk dilakukan pijat bayi karena mengikuti trend, ajakan kerabat/teman, serta jika bayi memiliki keluhan.

Pada pertemuan kedua tampak peningkatan jumlah ibu yang ingin mengikuti teknik pijat bayi, hal ini menunjukkan perubahan perilaku dimana ibu sadar akan pentingnya melakukan olah fisik dan psikologi dengan bayinya serta meningkatkan kesadaran ibu tentang pemberdayaan diri agar tetap memberikan kasih sayang kepada bayi melalui sentuhan (pijat bayi). Setelah pelaksanaan latihan stimulasi dan baby gym, ibu dilatih untuk melakukan pemijatan bayi yang

dapat memberikan ketenangan bayi. Diakhir sesi beberapa ibu mengajukan pertanyaan, menyampaikan bahwa kendala yang mereka rasakan saat melakukan beberapa teknik karena ibu belum mahir melakukan sendiri dan harapannya agar kegiatan ini dilaksanakan secara berkelanjutan.

### **Evaluasi**

Pada tahap evaluasi dilaksanakan secara homecare pada tanggal 10 Agustus 2020, oleh tim Pengabdian Masyarakat menunjukkan Ibu semakin paham tentang pemberian stimulasi pada bayi yaitu melalui pijat bayi. Ibu memberikan sikap yang positif setelah terlaksananya kegiatan PKM. Hal ini terlihat pada gambar bagan distribusi frekuensi pelaksanaan pemijatan bayi oleh Ibu, dimana sebanyak 13 dari 15 orang ibu mampu melaksanakan pijat bayi dengan baik, kepada bayi mereka, Hasil evaluasi terhadap kemampuan ibu dalam melakukan teknik pijat bayi dan baby gym menunjukkan ibu mampu melakukan secara mandiri dan enjoy bersama bayinya Evaluasi yang dilakukan menunjukkan semakin pahamnya ibu tentang pemberian stimulasi dan pijat pada bayi serta mampu melakukannya.

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Pengambiran Kota Padang maka dapat di peroleh kesimpulan sebagai berikut terdapat perbedaan rerata skor (mean) pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi pada saat pre-test dan post-test, artinya bahwa pelatihan pijat bayi yang diberikan kepada ibu efektif meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Disarankan kepada kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Gogagoman untuk mengaktifkan pelatihan pijat bayi kepada

ibu yang melakukan kunjungan posyandu dan kepada ibu untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan keterampilan pijat bayi dengan aktif mengikuti pelatihan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Ambarsari, M. H. (2017). Pengaruh penyuluhan pijat bayi terhadap praktik pijat bayi pada ibu di desa tugu kecamatan jumentono kabupaten karanganyar. *Journal of Health Science and Prevention*, 1(2), 73–78.
- Andaruni, N. Q. R. (2018). Pengaruh penyuluhan teknik pijat bayi terhadap pengetahuan dan keterampilan pijat bayi pada ibu di kelurahan tanjung karang tahun 2015. *Midwifery Journal*, 3(1), 54–58.
- Ariyanti, L. (2019). Kelas Pijat Bayi: Peningkatan Ketrampilan Ibu dalam Memberikan Pijat Bayi. *Jurnal Kebidanan*, 8(2), 89–93.
- BPS. (2018). *Profil Kesehatan Ibu dan Anak 2018*. Badan Pusat Statistik.
- Dahlan, M. S. (2016). besar sampel dalam penelitian kedokteran dan kesehatan. *Jakarta: Epidemiologi Indonesia*, 14.
- Delvia, S., & Azhari, M. H. (2019). Efektifitas Pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan psikomotor ibu tentang pijat bayi di wilayah kerja puskesmas sukaraya kabupaten ogan komering ulu. *JPP (Jurnal Kesehatan Poltekkes Palembang)*, 14(1), 65–69.
- Dinkes Sulut. (2017). *Profil Kesehatan Sulawesi Utara*. Dinas Kesehatan Sulut.
- Farida, F., Mardianti, M., & Komalasari, K. (2018). Pengaruh Pijat bayi terhadap peningkatan frekuensi dan durasi menyusu pada bayi usia 1–3 bulan. *Jurnal Kebidanan*, 7(1), 61.
- Johar, S. A. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap sikap ibu tentang pijat bayi di kelurahan tiyaran kecamatan bulu kabupaten sukoharjo. *PLACENTUM: Jurnal Ilmiah Kesehatan Dan Aplikasinya*, 8(1), 25–30.
- Kalsum, U. (2014). Peningkatan berat badan bayi melalui pemijatan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 17(1), 25–29.
- Meliati, L. (2018). Pengaruh Penyuluhan pijat bayi terhadap sikap ibu bayi tentang manfaat pijat bayi untuk menurunkan suhu tubuh pada bayi yang di imunisasi DPT-HB (Combo). *Media Bina Ilmiah*, 12(10), 501–510.
- Natalina, R. (2019). Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan BBLR Di RSUD Dr Doris Sylvanus Palangkaraya. *MMJ (Mahakam Midwifery Journal)*, 4(2), 51–66.
- Ningsih, A. W., Darmawan, M. T. S., & Kuntari, T. (2011). Perbandingan peningkatan pengetahuan ibu tentang pijat bayi setelah mendapat penyuluhan dan pemutaran VCD di Kelurahan Widodomartani, Ngemplak, Sleman, Yogyakarta. *Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan Indonesia*, 3(8), 13–19.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Ilmu Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Nurlaily, A. P. (2018). Pengaruh Pelatihan pijat bayi terhadap perilaku ibu di wilayah kelurahan plesungan. *Adi*



- Husada Nursing Journal*, 4(1), 33–36.
- Pratyahara, D. (2012). *Miracle touch for your baby*. Java Litera.
- Priyoto. (2015). *Perubahan Dalam Perilaku Kesehatan*. Graha Ilmu.
- Putri, D. H., & Widarti, S. (2015). Effect of health education with demonstration of knowledge of infant massage in gamping jatisawit IHC. *Jurnal Kesehatan Karya Husada*, 3(1), 1–6.
- Roesli, U. (2013). *Pedoman pijat bayi*. Pustaka Pembangunan Swadaya Nusantara.
- Roesli, U. (2016). *Pedoman Pijat Bayi: Edisi Revisi*. Trubus Agriwidya.
- Ronald, H. S. (2011). *Pedoman & Perawatan Balita Agar Tumbuh Sehat dan Cerdas*.
- Saputri, N. (2019). Pentingnya manfaat pijat bayi pada bayi usia 0-12 bulan. *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 3.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta CV.
- Ulfa, R. B., Munir, Z., & Kholisotin, K. (2020). Efektifitas Stimulasi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0-4 bulan dengan riwayat BBLR. *Citra Delima: Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung*, 3(2), 155–162.
- WHO. (2020). *Newborns: improving survival and well-being*. <https://www.who.int/en/newsroom/factsheets/detail/newborns-reducing-mortality>
- Widayati, A. (2020). *Perilaku Kesehatan (Health Behavior): Aplikasi Teori Perilaku untuk*

*Promosi Kesehatan*. Sanata Dharma University Press.