



PIJAT BAYI UNTUK STIMULASI TUMBUH KEMBANG BAYI

Rifka Putri Andayani^{*1}, Defrima Oka Surya²

^{1,2}Prodi DIII Keperawatan, STIKes MERCUBAKTIJAYA Padang

Email : rifkaputriandayani@gmail.com

ABSTRAK

Pijat bayi adalah tradisi yang sudah turun temurun dilakukan oleh masyarakat. Pijat bayi dapat menunjang pertumbuhan dan perkembangan anak yang dapat dilakukan oleh orang tua. Pijat bayi memberikan stimulasi taktil dan manipulasi pada jaringan lunak sebagai sarana mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan anak serta dapat memengaruhi perkembangan bayi. Pijat bayi dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, mengurangi rasa sakit, meningkatkan relaksasi, mengurangi stres, dan meningkatkan kualitas tidur bayi. Pada hal ini diperlukan peningkatan pengetahuan masyarakat khususnya ibu-ibu yang memiliki bayi untuk dapat mengetahui manfaat pijat bayi dalam pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2019 di Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang. Jumlah peserta sebanyak 15 orang yang terdiri dari ibu-ibu yang memiliki bayi. 85% peserta aktif dalam bertanya dan menjawab pertanyaan. Peserta mampu mendemonstrasikan cara pelaksanaan pijat bayi. 80% peserta dapat menjelaskan kembali tentang manfaat pijat bayi, kapan melakukan pijat bayi dan kapan tidak boleh melakukan pijat bayi serta manfaat pijat bayi untuk menstimulasi tumbuh kembang bayi.

Kata kunci: *Pertumbuhan dan perkembangan; pijat bayi; posyandu*

ABSTRACT

Baby massage is a tradition that has been passed down for generations by the community. Baby massage can support the growth and development of children that can be done by parents. Baby massage provides tactile stimulation and manipulation of soft tissue as a means of promoting the health and well-being of children and can affect infant development. Baby massage can increase the growth and development of a baby, reduce pain, increase relaxation, reduce stress, and improve the quality of baby's sleep. In this case it is necessary to increase public knowledge, especially mothers who have babies to be able to know the benefits of baby massage in the growth and development of infants. This community service activity was held on August 18, 2019 in Surau Gadang Village, Nanggalo Padang. The number of participants as many as 15 people consisting of mothers who have babies. 85% of participants were active in asking and answering questions. Participants are able to demonstrate how to carry out baby massage. 80% of participants can explain again about the benefits of baby massage, when to do baby massage, and when not to do baby massage and the benefits of baby massage to stimulate growth and development of infants.

Keywords: *Growth and development; baby massage; posyandu*

PENDAHULUAN

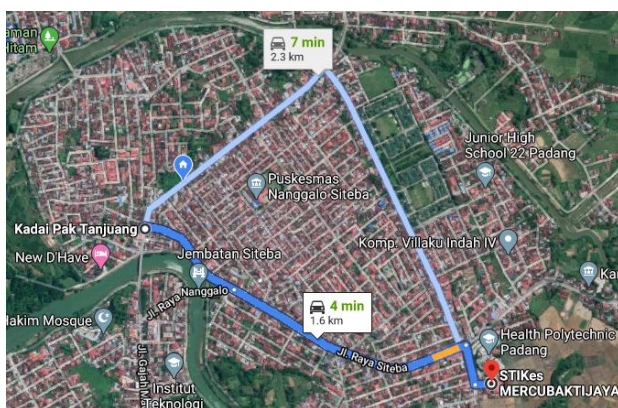
Pijat bayi merupakan salah satu cara untuk menstimulasi secara dini pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pijat bayi merupakan strategi dalam mendukung kedekatan antara ibu dan bayi. (Vicente, Verissimo, & Diniz, 2017). Pijat bayi merupakan tradisi sudah turun temurun dilakukan dimasyarakat. Pijat bayi dapat dilakukan oleh orang tua atau pengasuh yang telah mendapatkan pelatihan khusus (Field, 2014).

Pijat bayi dapat didefinisikan sebagai bentuk stimulasi taktil yang diberikan oleh seseorang dimana terdapat manipulasi jaringan lunak sebagai sarana meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak. Kontak taktil merupakan hal mendasar bagi perkembangan bayi baru lahir dan sebagai alat komunikasi antara bayi dan orang tuanya (Vicente et al., 2017). Pijat bayi dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, mengurangi rasa sakit, meningkatkan relaksasi, mengurangi tingkat stres, depresi dan kecemasan, dan meningkatkan kualitas tidur

(Field, 2014; Vicente et al., 2017) Status tidur dan terjaga yang terganggu, jika dibiarkan secara terus menerus akan menimbulkan dampak yang buruk terhadap kesehatan bayi, diantaranya yaitu lamanya kenaikan berat badan pada bayi kurang bulan karena mengganggu sekresi hormon pertumbuhan pada bayi (Yang, Shao, & Wang, 2016).

Hasil wawancara dengan kader kesehatan di RW 03 Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo didapatkan informasi bahwa masyarakat RW 03 sudah tidak asing dengan pijat bayi. Jika anak mereka sakit, orang tua selain membawa anak ke fasilitas layanan kesehatan juga membawa anak ke tempat pijat bayi yang sering dikenal dengan dukun bayi. Dukun bayi melakukan pijat bayi berdasarkan keterampilan yang turun temurun tanpa melalui pelatihan khusus. Selain itu, biasanya pijat bayi dilakukan pada anak dalam kondisi sakit sehingga manfaatnya menjadi kurang optimal. Seharusnya pijat bayi dilakukan tidak saat anak dalam keadaan sakit, tetapi dapat dilakukan secara rutin agar dapat menstimulus pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain ke dukun bayi, masyarakat juga sudah ada beberapa yang membawa anak mereka ke spa bayi yang dilakukan oleh tenaga terampil yang sudah terlatih, tetapi karena biaya yang dikeluarkan relatif mahal, sehingga masyarakat merasa keberatan untuk membawa mereka ke tempat spa bayi.

Berdasarkan fenomena tersebut dapat diperlukan suatu transfer ilmu tentang manfaat pijat bayi yang diberikan kepada kader balita dan ibu-ibu yang memiliki bayi untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi.



Gambar 1. Lokasi Pengabdian Masyarakat RW 03 Kelurahan Surau Gadang

METODE

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini dilakukan menggunakan tahapan dalam *action research* yang terdiri dari perencanaan, implementasi, observasi dan evaluasi serta refleksi. Tahapan pelaksanaan kegiatan ini terdiri dari persiapan, pelaksanaan, observasi dan evaluasi serta refleksi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tahap persiapan pada pengabdian masyarakat ini adalah persamaan persepsi antara dosen dan mahasiswa yang terlibat dalam pengabdian masyarakat ini. Mempersiapkan instrument pengabdian masyarakat yang akan dilakukan seperti kuesioner pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan alat-alat lainnya yang diperlukan saat pelaksanaan pengabdian. Melakukan koordinasi dengan perangkat kelurahan seperti RW dan RT serta kader di Wilayah RW 03 serta koordinasi dengan Pimpinan Puskesmas dan penanggungjawab program.

Kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan pada tanggal 18 Agustus 2019 dimulai pukul 09.00 – 11.00 WIB. Pengabdian masyarakat ini diawali dengan pengenalan dengan perangkat kelurahan, yang pada saat pelaksanaan diwakili oleh ibu RT dan kader posyandu balita. Pertemuan ini membahas tentang latar belakang serta tujuan dilaksanakan pengabdian ini. Selanjutnya dengan pemberian informasi tentang pijat bayi kepada ibu-ibu yang memiliki bayi. Pemberian materi berlangsung selama 30 menit dan dilanjutkan dengan 20 menit demonstrasi. Setelah diberikan materi, ibu-ibu diberikan kuisisioner yang sama saat *pretest* untuk menilai pengetahuan ibu-ibu tentang materi yang disampaikan.

Pelaksanaan pengabdian masyarakat ini ditujukan kepada ibu-ibu yang memiliki bayi di wilayah RW 03 Kelurahan Surau Gadang Kecamatan Nanggalo Padang. Jumlah ibu-ibu yang hadir saat kegiatan pengabdian masyarakat adalah 15 orang.

Hasil observasi dan evaluasi didapatkan bahwa ibu-ibu sangat antusias selama proses kegiatan pengabdian, terlihat 85% peserta aktif dalam bertanya dan menjawab pertanyaan. Peserta aktif saat mendemonstrasikan cara pelaksanaan pijat bayi. Berdasarkan evaluasi



lisan 80% peserta dapat menjelaskan kembali tentang manfaat pijat bayi, kapan melakukan pijat bayi, dan kapan tidak boleh melakukan pijat bayi serta manfaat pijat bayi untuk menstimulasi tumbuh kembang bayi. Setting tempat dan alat-alat yang digunakan sudah sesuai dengan direncanakan. Pembagian tugas juga sudah sesuai dengan tim pengorganisasian dengan baik.

KESIMPULAN

Pijat bayi dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi, mengurangi rasa sakit, meningkatkan relaksasi, mengurangi tingkat stres, depresi kecemasan, dan meningkatkan kualitas tidur bayi. Memberikan materi tentang manfaat pijat bayi dan langkah-langkah dalam melakukan pijat bayi kepada ibu-ibu yang memiliki bayi sudah tepat sesuai dengan kebutuhan dan metode yang diberikan. Diharapkan ibu-ibu dapat melakukan stimulasi terhadap bayi di rumah. Rekomendasi untuk kegiatan pengabdian masyarakat berikutnya diharapkan dapat dilakukan pelatihan pijat bayi kepada kader-kader posyandu balita di RW 03.

DAFTAR PUSTAKA

- Field, T. (2014). Complementary Therapies in Clinical Practice Massage therapy research review. *Complementary Therapies in Clinical Practice*, 1–6. <https://doi.org/10.1016/j.ctcp.2014.07.002>
- Vicente, S., Veríssimo, M., & Diniz, E. (2017). Infant Behavior and Development Infant massage improves attitudes toward childbearing , maternal satisfaction and pleasure in parenting. *Infant Behavior and Development*, 49(August), 114–119. <https://doi.org/10.1016/j.infbeh.2017.08.006>
- Yang, L., Shao, Y., & Wang, H. (2016). The Use of Chiropractic Massage Techniques in Health Care for Children, (Essaeme), 140–144.