



Volume 3 Nomor 1 (2024) Juni

**GENITRI: JURNAL PENGABDIAN
MASYARAKAT BIDANG KESEHATAN**
ISSN: 2964-7010

**DEMONSTRASI DAN EDUKASI PIJAT BAYI DAN
BALITA DALAM MENDUKUNG TUMBUH KEMBANG
YANG OPTIMAL**

Ade Elvina, Herlinda
Department of Midwifery, STIKes Sapta Bakti, Bengkulu,
Indonesia
Jl. Mahakam Raya No. 16 Lingkar Barat Gading Cempaka Bengkulu, Indonesia

Corresponding author: Ade Elvina
Email: adeelvina55@gmail.com

ABSTRAK

Perkembangan dan pertumbuhan bayi akan optimal jika adanya interaksi antara genetik, tingkah laku, lingkungan dan rangsangan yang berguna. Melalui rangsangan, sentuhan dan stimulasi yang baik dapat membantu anak mencapai kondisi atau potensi terbaiknya. Salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi. Pijat bayi biasa disebut dengan *stimulus touch*. Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi, terutama apabila dilakukan oleh orang tua sendiri karena dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Sehingga peran orang tua sangat dibutuhkan dalam memberikan pijatan pada bayi. Tetapi tidak semua orang tua mengerti cara melakukan pijat bayi yang benar. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan pengabdian masyarakat tentang pemberian edukasi dan demonstrasi pijat bayi dan balita dalam mendukung tumbuh kembang yang optimal pada ibu yang memiliki bayi dan balita di Kelurahan Sumber Jaya Kota Bengkulu Pada Bulan Februari 2024. Peserta yang mengikuti kegiatan ini sebanyak 32 orang. Hasil yang didapatkan yaitu 100% peserta yang diundang hadir dengan membawa bayi dan balitanya tetapi hanya 85% peserta yang bisa mengikuti melakukan praktik pijat bayi secara langsung kepada bayinya dikarenakan 15% peserta bayinya menangis sehingga membuat ibu tidak bisa mengikuti kegiatan secara maksimal. Simpulan: Kegiatan tersebut mendapatkan respon yang baik dari para peserta, peserta antusias dalam mengikuti kegiatan hal ini dibuktikan dengan Sebagian besar peserta aktif bertanya saat pemaparan edukasi berlangsung dan hasil akhir dari kegiatan ini peserta mengaku paham dan mengetahui manfaat pijat bayi serta dapat melakukan pijat bayi yang benar.

Kata Kunci: Edukasi, Pijat bayi, Tumbuh Kembang

ABSTRACT

A baby's development and growth will be optimal if there is an interaction between genetics, behavior, environment and useful stimuli. Through stimulation, good touch and stimulation can help children reach their best condition or potential. One form of stimulation commonly used by parents for babies is tactile stimulation in the form of baby massage. Baby massage is usually called stimulus touch. Baby massage is very important for the baby's health, especially when done by the parents themselves because it can be interpreted as a comfortable touch of communication between mother and baby. So the role of parents is very much needed in giving massage to babies. But not all parents understand how to do baby massage correctly. Based on this background, the author is interested in carrying out community service regarding providing education and demonstrations of massage for

babies and toddlers in supporting optimal growth and development for mothers who have babies and toddlers in Sumber Jaya Village, Bengkulu City in February 2024. There are as many participants as taking part in this activity. 32 people. The results obtained were that 100% of the participants who were invited to attend brought their babies and toddlers, but only 85% of the participants were able to take part in practicing baby massage directly on their babies because 15% of the participants had their babies cry, making mothers unable to participate in the activity optimally. Conclusion: This activity received a good response from the participants, the participants were enthusiastic in taking part in the activity, this was proven by the majority of participants actively asking questions during the educational presentation and the final result of this activity was that the participants admitted that they understood Correct and knew the benefits of baby massage and were able to carry out appropriate baby massage.

Keyword : Education, Baby Massage, Education, Growth and Development

PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan yang sejalan dengan usia dan sesuai dengan berat badan serta tinggi badan adalah salah satu faktor yang dapat dilihat bahwa anak mendapat asupan makanan yang baik. Selain dari asupan makanan, salah satu intervensi untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan pada bayi, balita dan anak yaitu dengan memberikan stimulasi atau rangsangan yang baik (Juni et al. 2022). Hal ini juga dinyatakan oleh Sri Dinengsih (2023) perkembangan dan pertumbuhan bayi akan optimal jika adanya interaksi antara genetik, tingkah laku, lingkungan dan rangsangan yang berguna. Melalui rangsangan, sentuhan dan stimulasi yang baik dapat membantu anak mencapai kondisi atau potensi terbaiknya. Salah satu bentuk stimulasi yang umum dilakukan orang tua untuk bayi adalah stimulasi taktil dalam bentuk pijat bayi.

Pijat adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang di praktekkan sejak berabad – abad silam lamanya (Risawati, Dihadjo, and Azizah 2022). Bahkan diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan didunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia (Rumiyati et al. n.d.).

Pijat bayi biasa disebut dengan *stimulus touch*. Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi, terutama apabila dilakukan oleh orang tua sendiri karena dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Sehingga peran orang tua sangat dibutuhkan dalam memberikan pijatan pada bayi (Eva yusnita nasution, fatimah 2022).

Pijat bayi bermanfaat untuk meningkatkan jumlah dan *sitotoksisitas* dari *sistem immunitas* (sel pembunuh alami), merangsang fungsi pencernaan serta pembuangan, membantu melatih relaksasi, mengurangi depresi dan ketegangan, meningkatkan kesiagaan, mengurangi rasa sakit, mengurangi kembung dan kolik (sakit perut), meningkatkan volume ASI, meningkatkan berat badan, meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan konsentrasi bayi dan membuat tidur lelap, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (bonding), serta memperbaiki sirkulasi darah dan pernapasan (Putro 2019).

METODE

Pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan secara langsung (luring) di Aula RT 24 Kelurahan Sumber Jaya Wilayah Kerja Puskesmas Padang Serai Kota Bengkulu dengan diikuti oleh 32 orang ibu yang memiliki bayi dan balita. Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan selama 1 hari yaitu pada tanggal 29 Februari 2024. Metode edukasi yang digunakan yaitu melalui pemaparan materi tentang pijat bayi dan demonstrasi cara melakukan pijat bayi yang benar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dengan topik demonstrasi dan edukasi pijat bayi dan balita dalam mendukung tumbuh kembang yang optimal diikuti sebanyak 32 orang ibu yang memiliki bayi dan balita.



Gambar 1. Dokumentasi Demonstrasi Pijat Bayi Pada Kegiatan Pengabdian Masyarakat Di Kelurahan Sumber Jaya, Kota Bengkulu

Tabel 1. Hasil pretest dan posttest tentang pijat bayi

N	Mean Pretest	Mean Posttest	Selisih
32	6,00	8,23	2,23

Pelaksanaan pengabdian masyarakat di Kelurahan Sumber Jaya Kota Bengkulu sudah dilaksanakan sepenuhnya (100%). Hasil dalam kegiatan ini yaitu 100% ibu yang diundang dalam kegiatan ini datang bersama dengan bayi dan balitanya, semua peserta antusias mendengarkan pemaparan materi dari narasumber dan suasana diskusi berlangsung dengan baik tetapi hanya 85% peserta yang bisa mengikuti melakukan praktik pijat bayi secara langsung kepada bayinya dikarenakan 15% peserta bayinya menangis sehingga membuat ibu tidak bisa mengikuti kegiatan secara maksimal.

Hasil dari pengukuran pengetahuan ibu bayi dan balita menunjukkan bahwa pengetahuan ibu bayi dan balita setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang pijat bayi dan balita menjadi lebih baik dengan selisih nilai pretest dan posttest sebesar 2,23. Dan keterampilan ibu juga menjadi lebih baik dengan mencoba secara langsung pada anak masing-masing dengan dipadu oleh

narasumber.

Narasumber menganjurkan pada ibu untuk melakukan pemijatan sesuai dengan kemauan atau *mood* bayi dengan kata lain pemijatan dapat dilakukan dengan menunggu kesiapan bayi sehingga bayi senang dan merasa nyaman saat dilakukan pemijatan. Berbeda dengan pemijatan tradisional masa lampau sering dipaksakan sehingga bayi menangis keras dan meronta ronta, setelah pemijatan bayi terlelap karena kelelahan bukan karena tenang.

Edukasi yang telah diberikan diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan peserta tentang pijat bayi dan dapat menerapkan di rumah. Narasumber menganjurkan agar ibu yang mempunyai bayi dan balita untuk melakukan pijat bayi minimal 2 kali seminggu, karena pijat bayi dapat meningkatkan kualitas tidur sehingga bayi tidak rewel di malam hari. Hal ini dibuktikan dari hasil penelitian yang dilakukan Lilik M, dkk 2014 dalam (Diwanto 2020) mengatakan bahwa pijat bayi berpengaruh pada kualitas tidur bayi, tidur bayi merupakan bagian penting untuk perkembangan bayi karena pada saat inilah terjadi repair neural-brain dan terjadi pertumbuhan hormon kurang lebih 75%. Kebutuhan tidur bayi harus terpenuhi agar tidak berpengaruh terhadap perkembangannya, salah satu cara untuk membantu bayi tetap sehat adalah dengan melakukan pijat bayi. Terjadinya peningkatan tidur bayi karena pemijatan dipengaruhi karna hormon serotonin. Serotonin merupakan zat transmittter utama yang serta merta ada ketika pembentukan tidur yang menekan otak (Dewi et al. 2022).

Sedangkan menurut hasil kegiatan dari Revika (2020) dalam (Rahman et al. 2022) dimana didapatkan bahwa bayi yang dilakukan pemijatan mengalami peningkatan suasana hati bayi yang lebih tenang dan ceria. Kegiatan yang dilakukan oleh Simanihuruk (2017) dalam (Rahman et al. 2022) juga mengalami peningkatan pertumbuhan dan perkembangan salah satu contohnya adalah peningkatan berat badan dan pertumbuhan.

Panjang bayi serta kemampuan fungsi anggota gerak bayi. Hal ini sesuai dengan penyuluhan pijat bayi yang dilakukan, adanya peningkatan rasa nyaman pada bayi, menjadi lebih tenang dan lebih ceria.

Pijat merupakan terapi sentuh, sentuhan yang diterima oleh bayi diperlukan bayi untuk mempertahankan rasa aman dan hangat (Endah purwani sari et al. 2023). Selain itu Pijat bayi memberikan efek biokimia dan fisik, meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan anak, meningkatkan berat badan, konsentrasi, memperlancar peredaran darah, memberikan kenyamanan dan meningkatkan *bounding* antara ibu dan anak (Sulistiyawati et al. 2023).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari hasil pelaksanaan pengabdian masyarakat tentang edukasi dan demonstrasi pijat bayi diikuti oleh 32 ibu yang memiliki bayi dan balita, ternyata kegiatan tersebut mendapatkan respon yang baik dari para peserta, peserta antusias dalam mengikuti kegiatan hal ini dibuktikan dengan Sebagian besar peserta aktif bertanya saat pemaparan edukasi berlangsung dan hasil akhir dari kegiatan ini peserta mengaku paham dan mengetahui manfaat pijat bayi serta dapat melakukan pijat bayi yang benar.

Saran yang diharapkan Ibu bayi dan balita dapat menerapkan teknik pijat bayi dan balita pada anaknya dengan tepat dan dilakukan secara rutin di rumah. Dan diharapkan Ibu bayi dan balita dapat menyampaikan informasi yang diperoleh ke anggota keluarga lainnya, teman, tetangga atau masyarakat luas.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih terutama ditujukan kepada pemberi dana pengabdian masyarakat. Ucapan terimakasih dapat juga disampaikan kepada pihak - pihak yang membantu pelaksanaan pengabdian masyarakat. Terimakasih disampaikan kepada LPPM Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sapta Bakti Bengkulu.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewi, Eva Ratna, Ingka Kristina Pangaribuan, Eka Falentina Tarigan, Deby Cyntia Yun, Dewi Maya Sari, and Wita Nancy Sinaga. 2022. "Implementation of Baby Massage for Baby's Weight Gain in Babies Age 2-6 Months." *Jurnal Pengabdian Bidan Nasuha* 2(2):36-42. doi: 10.33860/jpbn.v2i2.1115.
- Diwanto, Yudha Prama. 2020. "Jurnal Abdimas Sainatika Jurnal Abdimas Sainatika." 129-31.
- Endah purwani sari, Endah, Riska Afriani, Utami Lisma Septadara, and Sri Agnes Lexi. 2023. "Sosialisasi Dan Penyuluhan Pijat Bayi, Balita Dan Anak Dalam Mendukung Tumbuh Kembangnya." *JITER-PM (Jurnal Inovasi Terapan - Pengabdian Masyarakat)* 1(2):18-24. doi: 10.35143/jiter-pm.v1i2.6005.
- Eva yusnita nasution, fatimah, wiwi wardani tanjung. 2022. "JPM Bakti Parahita: Jurnal Pengabdian Masyarakat Bakti Parahita Eva Yusnita Nasution *, Fatimah, Wiwi Wardani Tanjung Kritis Karena Pada Masa Ini Bayi Sangat Peka Terhadap Lingkungan Dan Dikatakan Masa Keemasan Karena Masa Bayi Berlangsung Sangat Singka." 16-23.
- Juni, Nuning, Setia Ningsih, Eni Indrayani, and Lutfia Uli. 2022. "Community Service Towards a Healthy Generation Through Baby Massage At Posko V Kretek Rowokele Village Pengabdian Masyarakat Menuju Generasi Sehat Melalui Pijat Bayi Di Posko V Desa Kretek Rowokele." 306-12.
- Putro, Nurwinda saputri. 2019. "Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan." *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat* 3:49-52.
- Rahman, Ika, Hanuun Haniifah, Hagina Kurnia Putri, Christiana Veronica Yustin, Program Studi Fisioterapi, and Piksi Ganesha. 2022. "Stimulasi Pijat Bayi Untuk Tumbuh Kembang Bayi Yang Optimal Pi Posyandu Btn Ciereng Rt 045 Kabupaten Subang." *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Digital* 1(3):2022
- DAN BALITA PADA IBU BAYI DAN BALITA." 103-6
- Sri Dinengsih, Eka Oktavia. 2023. "J. Abdimas: Community Health." 4(2):64-70.
- Sulistiyawati, Henny, Fera Yuli Setiyaningsih, Yana Eka Mildiana, Ratna Dewi Permatasari, Any Isro'aini, and Dhita Yuniar Kristianingrum. 2023. "Baby Massage Sebagai Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Dan Kualitas Tidur Pada Balita Usia 12-36 Bulan." *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)* 2(2):38-41. doi: 10.55426/pmc.v2i2.243
- Risawati, Djojo Dihadjo, and Nurul Azizah. 2022. "Pengabdian Deli Sumatera Jurnal Pengabdian Masyarakat Pengabdian Deli Sumatera Jurnal Pengabdian Masyarakat." *Jurnal Pengabdian Masyarakat* 1(2):2-4.
- Rumiyati, Eni, Christiani Bumi Pangesti, Wahyuningsih Safitri, Program Studi Kebidanan, Program Studi Keperawatan, and Fakultas Kesehatan. n.d. "03 Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU) PENDIDIKAN KESEHATAN TENTANG PIJAT BAYI