

STIMULASI TUMBUH KEMBANG BAYI DENGAN METODE PIJAT BAYI (BABY MASSAGE) PADA IBU BAYI DAN BALITA DI KOTA MAKASSAR

Suntin¹, Fauziah Botutihe², Haslinda DS³, Hasbullah⁴

Email: suntin1983@gmail.com

ABSTRAK

Pijat bayi merupakan terapi sentuh paling tua dan paling populer yang dikenal manusia serta salah satu bentuk stimulasi dini yang sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang anak. Di Indonesia pelaksanaan pijat bayi di masyarakat dilakukan oleh dukun bayi, dimana pelaksanaannya hanya pada saat bayi sakit. Pijat bayi akan optimal sebagai stimulasi tumbuh kembang jika dilakukan secara rutin saat sehat, bukan pada saat sakit. Pengabdian ini bertujuan untuk memberikan pemahaman dan praktek tentang pijat bayi kepada masyarakat terkhususnya ibu yang memiliki bayi agar dapat melakukan secara mandiri pijat bayi kepada anaknya. Metode yang digunakan adalah penyuluhan dan pelatihan kepada masyarakat dengan sasaran ibu nifas beserta bayinya dan ibu yang memiliki balita di bawah usia 12 bulan yang berjumlah 30 orang, dan dilakukan selama 7 hari. Kegiatan pada hari pertama yaitu penyuluhan dengan memberikan pengetahuan tentang pijat bayi dan pengaruhnya terhadap tumbuh kembang bayi, sedangkan hari kedua sampai hari ke tujuh dilaksanakan pelatihan pijat bayi kepada ibu dan bayi dipandu oleh dosen dan mahasiswa yang memiliki pengalaman dalam tehnik pemijatan. Hasil pengabdian menunjukkan ibu memiliki pengetahuan yang baik tentang pijat bayi dan pengaruhnya terhadap tumbuh kembang bayi, serta adanya sikap positif dan mampu melakukan secara mandiri pijat bayi di rumah bahkan enjoy bersama bayinya.

Kata Kunci : stimulus, tumbuh kembang dan pijat bayi.

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 child development. In Indonesia, the implementation of baby massage in the community is carried out by traditional birth attendants, where the implementation is only when the baby is sick. Baby massage will be optimal as a growth and development stimulation if it is done regularly when healthy, not when sick. This service aims to provide an understanding and practice of baby massage to the community, especially mothers who have babies so that they can do baby massage independently for their children. The method used is counseling and training to the community with the target of postpartum mothers and their babies and mothers who have toddlers under the age of 12 months totaling 30 people, and carried out for 7 days. The activity on the first day was counseling by providing knowledge about baby massage and its effect on baby growth and development, while the second to seventh day baby massage training for mothers and babies was carried out guided by lecturers and students who had experience in massage techniques. The results of the service show that mothers have good knowledge about baby massage and its influence on baby growth and development, as well as a positive attitude and are able to independently massage babies at home and even enjoy them with their babies.

Key Words: stimulus, growth and development and baby massage.

1. PENDAHULUAN

Setiap orang tua mengharapkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan tangguh. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor salah satunya dengan stimulasi. Pijat menurut Vivian (2010), biasa disebut dengan *stimulus touch*. Pijat juga merupakan seni perawatan kesehatan dan

pengobatan yang dipraktekkan sejak berabad-abad silam lainnya. Bahkan diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan di dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Salah satu cara yang relatif aman, murah dan mudah dilaksanakan dalam upaya memperbaiki pertumbuhan dan perkembangan bayi adalah memasyarakatkan metode pemijatan. Pijat atau disebut juga stimulus touch adalah kombinasi pengetahuan anatomi tubuh dan seni perawatan kesehatan dan penyembuhan yang dikenal sejak peradaban manusia muncul.

Pijat bayi merupakan salah satu terapi sentuhan yang dapat memenuhi kebutuhan fisik-biologis., emosi, dan stimulasi (Riksani, 2012). satu terapi sentuhan yang dapat memenuhi kebutuhan fisik-biologis, emosi, dan stimulasi. (Riksani,2012) Kecamatan Buaran merupakan salah satu wilayah di Kabupaten Pekalongan dengan tingkat kepadatan penduduknya sudah mencapai diatas 4.000 jiwa yang tersebar di tiga kelurahan yaitu Sapugarut, Bligo, Simbangkulon dan tujuh desa yaitu Coprayan, Wonoyoso, Pakumbulan, Watusalam, Simbangwetan, kertijayan dan Pawedan. Puskesmas Buaran merupakan salah satu sarana kesehatan yang berada di Kabupaten Pekalongan yaitu di Kecamatan Buaran. Derajat kesehatan masyarakat dipengaruhi oleh banyak faktor. Faktor-faktor tersebut tidak hanya berasal dari sektor kesehatan seperti pelayanan kesehatan dan ketersediaan sarana dan prasarana informasi termasuk penyuluhan kesehatan. Orang tua yang memijat anaknya dapat merangsang perkembangan koneksi antara sel – sel saraf otak bayi yang akan membentuk dasar untuk berfikir, merasakan dan belajar. Selain itu pijat dapat membantu bayi yang rewel sehingga dapat tidur dengan nyenyak dan dapat mengurangi penyakit, termasuk sakit perut. Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan (Maharani, 2009).

Terapi sentuh atau pijat bayi dan anak-anak ini banyak sekali manfaatnya. Terapi sentuh terutama pijat, menghasilkan perubahan fisiologis yang menguntungkan dan dapat diukur secara ilmiah, antara lain melalui pengukuran kadar kortisol ludah, kortisol plasma secara Radioimunoassay, kadar hormone stress (Chatecholamine) air seni dan pemeriksaan *EEG (Electro Encephalogram)*, gambaran gelombang otak (Dewi, 2012). Untuk mendapatkan manfaat yang optimal, pemijatan bayi tidak bisa dilakukan sembarangan, ada cara yang harus diperhatikan, pada bayi usia 0 – 3 tahun, gerakan yang dilakukan lebih mendekati usapanusapan halus, tekanan ringan, dan dengan tekanan, disarankan pemijatan dilakukan sekitar 15 menit, sesuai usia bayi dan waktu yang semakin meningkat (Roesli, 2009). Langkah awal yang dilakukan oleh para ibu untuk memperkecil resiko ataupun komplikasi pijat bayi, hendaklah orang tua jeli dalam memilih praktisi pijat untuk bayinya. Apabila ibu belum mengerti tentang cara memijat

bayi yang benar sebaiknya ibu mencari informasi melalui media yang membahas tentang pijat bayi yang benar serta diharapkan memberikan informasi pada ibu, selanjutnya ibu mengaplikasikan sendiri. Di Indonesia pelaksanaan pijat bayi di masyarakat desa masih dipegang perannya oleh dukun bayi. Selama ini, pemijatan tidak hanya dilakukan pada saat bayi sehat, tetapi juga pada bayi sakit atau rewel dan sudah menjadi rutinitas perawatan bayi setelah lahir (Aminati, 2013). Upaya penyuluhan adalah semua usaha secara sadar dan berencana yang dilakukan untuk memperbaiki perilaku manusia sesuai prinsip-prinsip pendidikan dalam bidang kesehatan. Penyuluhan kelompok adalah penyuluhan yang dilakukan pada kelompok sasaran tertentu, misalnya kelompok siswa sekolah, kelompok ibu-ibu pembinaan kesejahteraan keluarga dan lain sebagainya. Penyuluhan massa adalah penyuluhan yang dilakukan dengan sasaran massa seperti pameran, pemutaran film, melalui media massa, cetak dan elektronik. Kegiatan penyuluhan kesehatan yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Buaran adalah Massage Bayi dengan sasaran ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 2 bulan sampai dengan 1 tahun.

Berdasarkan hal tersebut diatas maka dilaksanakan pengabdian kepada masyarakat dalam bentuk penyuluhan dan pelatihan tentang pemijatan bayi untuk mendukung tumbuh kembang bayi.

2. MASALAH

Permasalahan yang ada di Wilayah Makassar terutama di Poliklinik Kesehatan Monginsidi Makassar dan beberapa puskesmas di Kota Makassar, yaitu: kurangnya pengetahuan dan kesadaran ibu yang mempunyai bayi tentang massage bayi, ibu yang mempunyai bayi belum bisa melakukan praktik massage bayi. Solusi yang dilakukan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini untuk menyelesaikan permasalahan mitra yaitu dengan stimulasi tumbuh kembang bayi melalui informasi tentang massage bayi kepada ibu yang mempunyai bayi dua bulan sampai dengan satu tahun agar bayi dapat tumbuh dan berkembang dengan baik.



Gambar 2.1 Peta Lokasi Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat

3. METODE

a. Tujuan Persiapan

Persiapan dilakukan mulai dari bulan Februari 2020, Survey lokasi dengan melakukan kunjungan ke lokasi, mitra dan kelompok masyarakat yang akan dijadikan sasaran yaitu di Wilayah kerja Polkes Monginsidi Makassar. Mengumpulkan data-data serta berdiskusi dan berkoordinasi dengan Kepala Polkes Monginsidi. Persiapan bahan administrasi yaitu surat tugas, surat izin melakukan kegiatan. Persiapan petugas yaitu pembagian tugas dan tanggung jawab dosen dan mahasiswa yang terlibat dalam PKM. Persiapan materi dan media yang akan digunakan dalam kegiatan PKM yaitu banner atau leaflet, boneka dan timbangan bayi.

b. Tahap Pelaksanaan

melibatkan masyarakat dan mahasiswa selama proses pelaksanaan. Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 15 s.d 22 Maret 2021. Adapun kegiatan pelaksanaan yang akan dilaksanakan yaitu sebagai berikut : Penyuluhan Pada tahap pelaksanaan ini dosen memberikan penyuluhan tentang pijat bayi dan pengaruh pijat bayi tumbuh kembang bayi. Penyuluhan dibagi menjadi 2 sesi dengan 2 pemateri.

c. Evaluasi

1) Evaluasi struktur

Dalam kegiatan ini peserta yang hadir sebanyak 30 orang ibu yang mempunyai bayi usia 0 sampai dengan 1 tahun. Penggunaan ruangan atau tempat sudah sesuai dengan Rencana yang dibuat dan perlengkapan yang dilakukan sudah tersedia dan sudah digunakan sebagaimana mestinya. Penggunaan Bahasa yang digunakan dapat dipahami oleh ibu dalam mengimplementasikan Tindakan

pemijatan kepada bayinya.

2) Evaluasi Proses

Pelaksanaan kegiatan dimulai pukul 09.00 s.d 11.00 Wita. Sesuai dengan jadwal yang telah direncanakan.

4. HASIL DAN PEMBAHASAN

Metode pelatihan dan pendidikan masyarakat yaitu melibatkan masyarakat dan mahasiswa selama proses pelaksanaan. Pelaksanaan dilakukan pada tanggal 15 s.d 22 Maret 2021. Adapun kegiatan pelaksanaan yang akan dilaksanakan yaitu sebagai berikut :
Penyuluhan Pada tahap pelaksanaan ini dosen memberikan penyuluhan tentang pijat bayi dan pengaruh pijat bayi tumbuh kembang bayi. Penyuluhan dibagi menjadi 2 sesi dengan 2 pemateri. Selanjutnya tahap pelaksanaan ini masyarakat yaitu ibu-ibu melakukan pelatihan atau simulasi pijat bayi yang melibatkan mahasiswa dan dosen serta petugas yang telah bersertifikat Therapy's Baby. Dan tahap Evaluasi Pada tahap pelaksanaan ini membuat instrument evaluasi untuk mengukur tingkat kephahaman dan kemampuan ibu dalam melaksanakan pijat bayi setelah mendapatkan materi dan pelatihan. Berikut gambar pelaksanaan kegiatan:



Gambar 2.2 Foto kegiatan menjelaskan tehnik pemijatan pada bayi



Gambar 2.4 Foto setelah melaksanakan kegiatan PKM

5. KESIMPULAN

Pijat bayi merupakan terapi sentuh paling tua dan paling populer yang dikenal manusia serta salah satu bentuk stimulasi dini yang sangat penting untuk menunjang tumbuh kembang anak. Pelatihan ini bertujuan meningkatkan pengetahuan ibu mengenai manfaat pemijatan bayi, cara pemijatan bayi yang sesuai dengan standar, kedekatan antara ibu dan bayi serta membantu menstimulasi tumbuh kembang bayi.

6. DAFTAR PUSTAKA

- Catsel Pincus and La Robert. 1995. Kapita Selekta pediatri, EGC: Jakarta
- Kusmini, Nurul, Sutarmi. Modul Touch Training. Semarang: 2014
- Sarwono, P. 2002. Ilmu Kebidanan, YBP-SP: Jakarta
- Varney, Helen. 2007, Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4, Jakarta : EGC.
- Soekidjo, Notoadmodjo. (2012). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta
- Aminarti, D. (2013). Pijat Dan Senam Untuk Bayi & Balita, Cetakan Ke-1. Yogyakarta : Brilliant Books.
- Ariyanti, R., Preharsini, I. A., & Sipolio, B. W. (2020). Edukasi Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Hipertensi Pada Lansia. To Maega: Jurnal Pengabdian Masyarakat, 3(2), 74-82.
- Dewi, S. (2012). Pijat dan Asupan Gizi Tepat Untuk Melejitkan Tumbuh Kembang Anak. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Maharani, S. (2009). Pijat Dan Senam Sehat Untuk Bayi. Yogyakarta: Penerbit Kata Hati
- Priyoto. (2014). Teori Sikap dan Perilaku dalam Kesehatan. Yogyakarta: Nuha Medika
- Roesli, Utami. (2016). Pedoman Pijat Bayi. Jakarta: Trubus Agriwidya