

Efektifitas Penerapan Pijat Bayi Sebagai Upaya Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi dan Balita

Dechoni Rahmawati¹, Elvika Fit Ari Santi², Fatimah Dewi Anggraeni³

^{1,2,3} Fakultas Kesehatan Program Studi Kebidanan, Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta,

*Email: dechoni.aris@gmail.com¹

Abstrak

Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemberdayaan kader dalam stimulasi tumbuh kembang bayi dan balita melalui pijat bayi. Pijat bayi merupakan salah satu stimulasi yang dapat digunakan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita. Anak yang mendapat banyak stimulasi pertumbuhan dan perkembangannya akan lebih optimal daripada anak yang tidak mendapat stimulasi tersebut. Pelaksanaan kegiatan ini dilakukan dalam tiga tahapan yaitu persiapan, pelaksanaan, dan pelaporan. Tahap persiapan meliputi pengurusan izin, studi pendahuluan, pengumpulan bahan, dan persiapan alat dan bahan, serta koordinasi dengan pihak terkait. Tahap pelaksanaan kegiatan adalah melaksanakan penyuluhan dan pelatihan pijat bayi. Tahap Evaluasi dilaksanakan dengan cara mengevaluasi hasil dari pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melaksanakan stimulasi tumbuh kembang dengan metode pijat bayi. Hasil luaran dari pengabdian ini berupa artikel ilmiah. Kegiatan ini diikuti oleh 15 peserta. Berdasarkan hasil pretest didapatkan rata-rata nilai pretest dari peserta adalah 68 sedangkan setelah dilakukan pemberian materi dan demonstrasi pijat bayi, nilai posttest pada peserta meningkat yaitu 82.

Katakunci: *Pijat bayi, Pertumbuhan, Perkembangan*

PENDAHULUAN

Pembangunan di segala bidang perlu dilakukan untuk mendukung kualitas manusia. Pembangunan bidang kesehatan yang merupakan bagian dari pembangunan nasional yang secara keseluruhannya perlu digalakkan pula. Pembangunan di bidang kesehatan mempunyai arti yang penting dalam kehidupan nasional, khususnya didalam memelihara dan meningkatkan kesehatan. Usaha untuk mencapai keberhasilan tersebut erat kaitannya dengan pembinaan dan pengembangan sumber daya manusia sebagai modal dasar pembangunan nasional.

Pada hakekatnya kesehatan dipolakan mengikut sertakan masyarakat secara aktif dan bertanggung jawab. Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) merupakan salah satu bentuk Upaya Kesehatan Bersumber daya Masyarakat (UKBM) yang dilaksanakan oleh, dari dan bersama masyarakat, untuk memberdayakan dan memberikan kemudahan kepada masyarakat guna memperoleh pelayanan kesehatan bagi ibu, bayi dan anak balita [1]

Perhatian terhadap tumbuh kembang pada anak usia dini masa emas (Golden Periode) merupakan sesuatu hal yang sangat penting, jendela kesempatan (window opportunity) tetapi juga masa kritis (critical period). Hal ini bermakna, otak anak pada masa ini mempunyai sisi positif dan sisi negatif. Sisi positif otak pada masa ini lebih terbuka untuk proses pembelajaran dan pengkayaan, namun sisi negatifnya lebih peka terhadap lingkungan yang tidak mendukung seperti asupan gizi yang tidak adekuat, kurang stimulasi dan tidak mendapatkan pelayanan kesehatan yang memadai [2]

Salah satu cara yang mudah dilaksanakan dalam upaya memperbaiki pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita adalah menyebarluaskan metode pijatan. Pijat 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 [3]. Pijatan bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan untuk menghilangkan ketegangan dan kerewelannya. Karena pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-ototnya sehingga ia menjadi tenang dan tertidur [4]. Pijat bayi merupakan salah satu stimulasi yang dapat digunakan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita. Anak yang mendapat banyak stimulasi akan lebih cepat berkembang daripada anak yang kurang atau bahkan tidak mendapat stimulasi [5].

Desa Triwidadi merupakan salah satu desa di wilayah Bantul. Berdasarkan studi pendahuluan di desa Triwidadi, orangtua balita belum ada yang mengetahui bagaimana cara melakukan pijat bayi yang baik dan benar. Berbekal pemahaman tentang pijat bayi tersebut diharapkan tumbuh kembang bayi dan balita dapat optimal karena mendapatkan stimulasi dengan metode pijat bayi. Oleh karena itu, kami tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat dengan mengambil tema tersebut.

SOLUSI PERMASALAHAN

Solusi dan Target dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah :

Tabel 1. Target Pengabdian

No	Target	Solusi	Indikator
1	Mengetahui pengetahuan ibu tentang pijat bayi	Melakukan pretest sebelum penyuluhan dimulai	81-100 pengetahuan sangat baik 71-80 pengetahuan baik 60-70 pengetahuan cukup baik <60 pengetahuan kurang
2	Mengetahui ketrampilan ibu menyusui dalam melakukan pijat bayi.	Melakukan demonstrasi cara melakukan pijat bayi dan peserta menirukan gerakan pijat bayi.	-

METODA PELAKSANAAN

Tahap I : Persiapan

Pada tahap persiapan ini kegiatan yang dilakukan adalah:

- 1) Menyusun proposal kegiatan
- 2) Melakukan sosialisasi kegiatan bersama dengan kader
- 3) Mempersiapkan bahan yang akan digunakan
- 4) Mengundang ibu menyusui yang mempunyai bayi dan balita

Tahap II : Pelaksanaan

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah:

- 1) Bentuk kegiatan. Bentuk kegiatan ini adalah penyuluhan tentang pijat bayi
- 2) Peserta. Ibu yang sedang menyusui dengan jumlah 15 orang
- 3) Waktu pelaksanaan. Jumat, 7 Juli 2023 jam 09.00 WIB s.d. 12.00 WIB
- 4) Tempat pelaksanaan. Kantor Kelurahan Triwidadi Bantul Yogyakarta
- 5) Tahapan kegiatan
 - a) Penyebaran brosur dan Pendaftaran peserta
 - b) Pembukaan
 - c) Pengisian pretest

- d) Penyampaian materi
- e) Pelatihan pijat bayi
- f) Posttest
- g) Pembagian doorprice
- h) Penutup

Tahap III : Evaluasi dan Pelaporan

Pada tahap ini kegiatan yang dilakukan adalah:

- 1) Mengevaluasi hasil pengetahuan peserta dengan tahap:
 - a) Peserta diberikan pertanyaan dalam sesi post tes terkait pijat bayi..
 - b) Hasil jawaban peserta dikoreksi dan selanjutnya dilakukan penscoran
- 2) Tindak lanjut dan keberlanjutan program setelah pengabdian kepada masyarakat ini terlaksana yaitu dengan melibatkan kader posbindu yang tiap bulannya ada pemantauan.

Peran dan Tugas Anggota Tim

Tabel 2. Tugas TIM PKM

No	Nama	Prodi Asal	Tugas	Pelaksana
1	Dechoni Rahmawati, S. ST., MPH	Kebidanan (S-1)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membuat Proposal pengabdian 2. Menyiapkan peralatan untuk kegiatan 3. Melaksanakan Pengabdian 	Seluruh Tim Dosen dan Mahasiswa Kontribusi yang didapatkan mahasiswa yaitu Surat Tugas sebagai SKPI (pendamping Ijazah)
2	Elvika Fit Arisanti, S. ST., M. Kes	Kebidanan (S-1)	<ol style="list-style-type: none"> 1. Membantu membuat Proposal pengabdian 2. Membantu menyiapkan peralatan untuk kegiatan 3. Melaksanakan Pengabdian 	

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang “Efektifitas Penerapan Pijat Bayi Sebagai Upaya Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi dan Balita” dilakukan pada hari Jumat 7 Juli 2023 mulai pukul 09.00 s.d 12.00 WIB sebagai bentuk integrasi pengabdian kepada masyarakat dengan pembelajaran pada MK Asuhan Kebidanan Nifas dengan rincian sebagai berikut :

Kegiatan I

Tahap awal pengabdian ini adalah setelah peserta (ibu nifas) hadir lalu melakukan presensi, Jumlah ibu yang hadir sejumlah 15 ibu nifas.

Tabel 1
Distribusi Frekuensi Umur Ibu

Usia (Tahun)	Jumlah	Persentasi (%)
< 25 Tahun	1	6,66
25-35 tahun	12	80
> 35 tahun	2	13,34
Total	15	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 1 terlihat bahwa usia ibu nifas yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat sebagian besar berumur 23-35 tahun sebanyak 12 (80%).

Kegiatan II

Tabel 2

Hasil Pre Tes efektifitas penerapan pijat bayi sebagai upaya optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita

Kategori	Jumlah	Persentasi (%)
Baik	2	13,33
Cukup	9	60
Kurang	4	26,66
Total	15	100

Sumber : Data Primer, 2023

Berdasarkan Tabel 2 dapat diketahui bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu nifas berada pada kategori cukup yaitu 9 orang (60 %)

Kegiatan III : Penyampaian materi

Kegiatan ini dihadiri oleh 15 ibu nifas, narasumber menyampaikan materi dengan baik dan peserta melakukan tanya jawab dengan narasumber.

Kegiatan IV : Evaluasi

Tahap terakhir dari kegiatan pengabdian ini adalah tahap evaluasi. Tahap evaluasi dilakukan dengan memberikan posttest kepada ibu nifas.

Tabel 3

Hasil Post Tes efektifitas penerapan pijat bayi sebagai upaya optimalisasi pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita

Kategori	Jumlah	Persentasi (%)
Baik	12	80
Cukup	3	20
Kurang	0	0
Total	15	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat diketahui bahwa mayoritas tingkat pengetahuan ibu nifas berada pada kategori baik yaitu 12 orang (80 %)

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Efektifitas Penerapan Pijat Bayi Sebagai Upaya Optimalisasi Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Balita telah dilaksanakan sesuai dengan rencana yang disusun sebelum pengabdian dilaksanakan, Kegiatan ini dinilai berhasil, mayoritas kader mengalami peningkatan pengetahuan setelah dilakukan penyuluhan dan demonstrasi terkait pijat bayi.

Disarankan setiap kegiatan posyandu balita kader melakukan pijat bayi pada bayi dan balita diwilayahnya sebagai upaya optimalisasi tumbuh kembang pada bayi dan balita dan dapat dilaksanakan secara berkala kegiatan pengabdian kepada masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan dan sebagai upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dan balita.

Referensi

- (1) Kemenkes, RI. 2019. *Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS)*. 2019. Jakarta: Badan Penelitian dan Perkembangan Kesehatan
- (2) Aswitami & Udayani. 2019. Pengaruh terapi pijat terhadap durasi tidur bayi umur 1-3 bulan. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan*. 7(2).1-6
- (3) Cahyani, Mailiza, and Betty Prastuti. 2020. Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan Di Klinik Cahaya Bunda. *JOMIS (Journal of Midwifery Science)* 4(2): 39–45.
- (4) Candraini, Eka Trilova, and Lala Budi Fitriana. 2019. Perbedaan Kualitas Tidur Bayi Usia 3 -12 Bulan Yang Dilakukan Baby Spa Dan Tidak Dilakukan Baby Spa.
- (5) Desy, Dkk. 2019. Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi Usia 6 – 12 Bulan. *Jurnal Medika Karya Ilmiah kesehatan* 4(2). <http://jurnal.stikeswhs.ac.id/index.php/medika/article/view/95>.