



Sosialisasi Dan Penyuluhan Pijat Bayi, Balita Dan Anak Dalam Mendukung Tumbuh Kembangnya

Endah Purwani Sari¹, Riska Afriani², Utami Lisma Septadara³, Sri Agnes Lexi⁴

¹STIKes Pekanbaru Medical Center, Kebidanan, email: purwanisari.endah@gmail.com

²STIKes Pekanbaru Medical Center, Kebidanan, email: riskaapriani13@yahoo.com

³STIKes Pekanbaru Medical Center, Kebidanan, email: Utamilismabip@gmail.com

⁴STIKes Pekanbaru Medical Center, Kebidanan, email: agnes.lexi2016@gmail.com

Abstrak

Pijat bayi dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi, balita dan anak yang merupakan terapi sentuh secara langsung pada tubuh bayi, balita dan anak. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin yang langsung dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak. Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi, balita dan anak dimana peran orangtua sangat dibutuhkan dalam memberikan pijatan pada bayi, balita dan anak. Pijatan bayi, balita dan anak dapat menciptakan komunikasi antara orangtua dan bayi melalui sentuhan pijatan yang mengandung unsur kasih sayang, suara, kontak mata, dan gerakan. Pijat pada bayi dapat juga melibatkan keluarga terdekat untuk mendekatkan hubungan emosional, seperti ayah, nenek, kakek. Naluri seorang bayi, balita dan anak dapat merespon sentuhan dari ibunya sebagai ungkapan rasa cinta, perlindungan, dan perhatian.

Kata kunci: Sosialisasi, Pijat Bayi, balita dan anak, Tumbuh Kembang

Abstract

Baby massage is a direct contact therapy with the body that can provide a feeling of security and comfort to the baby. A mother's touch and hug is a baby's basic need. If baby massage is done regularly it will increase catecholamine hormones (epinephrine and norepinephrine) which can stimulate growth and development because it can increase appetite, increase body weight, and stimulate the development of brain structure and function. Baby massage is very important for baby's health. Especially when done by the parents themselves. So that the role of parents is needed in giving massage to babies. In order to create communication between parents and babies through a touch of massage that contains elements of affection, sound, eye contact, and movement. Massage for babies can involve the closest families to get closer to emotional relationships, for example fathers, grandmothers, grandfathers. A baby's instinct can respond to a touch from its mother as an expression of love, protection, and concern.

Keywords: Socialization, Baby, toddler and child massage, Growth and Development

1. Pendahuluan

Pijat bayi dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi, balita dan anak yang merupakan terapi sentuh secara langsung pada tubuh bayi, balita dan anak. Sentuhan dan pijatan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin yang akan langsung dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Riksani, 2020). Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi, balita dan anak. Pijatan bayi, balita dan anak dapat menciptakan komunikasi antara orangtua dan bayi melalui sentuhan pijatan yang mengandung unsur kasih sayang, suara, kontak mata, dan gerakan. Pijat pada bayi dapat juga melibatkan keluarga terdekat untuk mendekatkan hubungan emosional. Naluri seorang bayi, balita dan anak dapat merespon sentuhan dari ibunya sebagai ungkapan rasa cinta, perlindungan, dan perhatian (Roesli, 2019).

Pijat Bayi adalah gerakan usapan lemah dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Dengan dilakukannya pijat bayi, balita dan anak dapat meningkatkan kekebalan daya tahan tubuh bayi sehingga bisa membantu melawan infeksi. Sentuhan dan pijatan pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh yang berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi (Utami, 2019). Teknik pijat pada bayi dapat membantu menghilangkan mual, masuk angin, dan susah buang air besar. Selain itu pijat juga merangsang keluarnya hormon oksitosin, hormon oksitosin ini dihasilkan oleh hipotalamus. Yang memberikan efek tenang, nyaman dan mengurangi frekuensi menangis pada bayi. Dengan demikian, pijatan juga meningkatkan kualitas tidur pada bayi (Utami, 2019).

2. Metode

Kegiatan Sosialisasi pijat bayi, balita dan anak merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh dosen-dosen Pekanbaru Medical Center dan Himpunan mahasiswa S1 Kebidanan, kegiatan tersebut dilakukan berdasarkan permasalahan yang terjadi dimasyarakat, yaitu masih kurangnya pengetahuan ibu-ibu yang memilimi bayi, balita dan anak tentang pijat bayi untuk mendukung tumbuh kembangnya. Tim pelaksana merupakan personil-personil yang sangat kompeten dibidangnya yang telah memiliki sertifikat pelatihan pijat bayi, tidak ketinggalan mitra yang sangat berperan penting dalam melancarkan kegiatan ini, mitra tersebut adalah owner Rashka Mombaby care yang telah sepakat untuk bekerja sama dalam menyukseskan kegiatan ini dengan menyediakan tempat penyuluhan dan sosialisasi pijat bayi, balita dan anak

Dalam kegiatan pengabdian Masyarakat ini metode yang digunakan adalah secara observasional dengan cara observasi lapangan, wawancara mendalam, sosialisasi dan penyuluhan, kegiatan ini dilakukan selama 2 minggu mulai dari persiapan yaitu melakukan observasi lapangan dengan mendata dan memberikan undangan kepada ibu-ibu yang memiliki bayi, balita dan anak yang ada di wilayah di Rashka Mombaby care, kemudian menyiapkan tempat sarana dan prasarana untuk penyuluhan dan sosialisasi pijat bayi, balita dan anak, kegiatan penyuluhan dilakukan selama 1 hari pada tanggal 20 Mei 2023, kemudian diminggu kedua setelah penyuluhan dan sosialisasi dilakukan monitoring dan evaluasi hasil penyuluhan yaitu mulai tanggal 26 Mei- 12 Juni 2023. Materi yang diberikan dalam penyuluhan adalah tentang manfaat pijat bayi pada bayi dalam meningkatkan tumbuh kembang bayi. Pelaksanaan demonstrasi atau praktik pelaksanaan dilakukan sesuai dengan teknik pijat bayi pada bayi.

3. Hasil dan Pembahasan

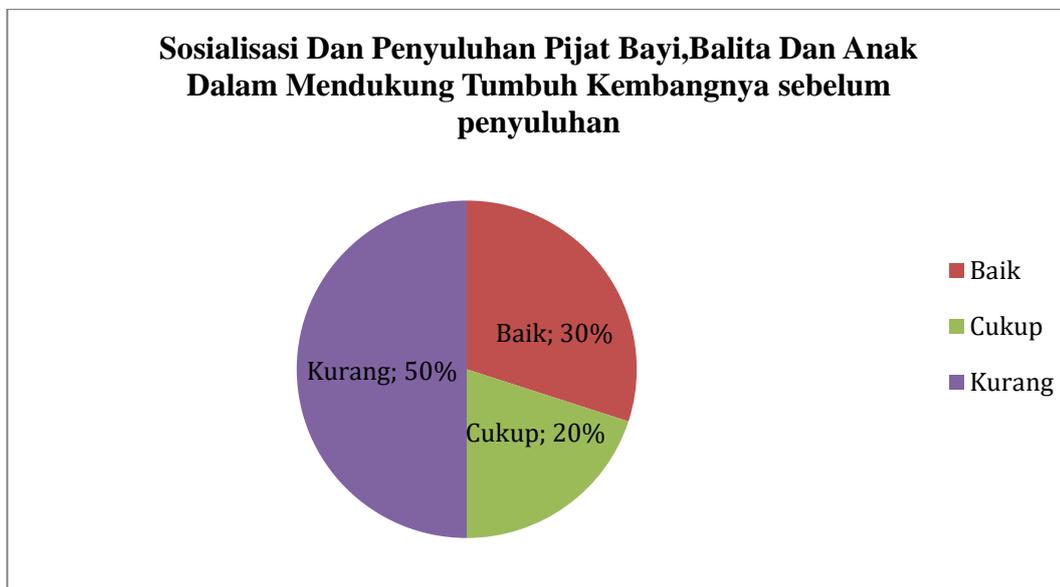
Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan memperhatikan beberapa aspek yang telah dipersiapkan dan direncanakan pada fase sebelumnya, sehingga seluruh persiapan telah baik dan siap untuk dilaksanakan. Kegiatan Sosialisasi /penyuluhan dan pelaksanaan praktek pijat bayi ini dilaksanakan pada 20 Mei 2023 di Rashka Mombaby care Kota Pekanbaru kepada 20 orang ibu, 10 bayi dan 10 anak yang diberi perlakuan pijat bayi.



Gambar 1. Gedung Rashka Mom & Baby Care Kota Pekanbaru

Kegiatan dimulai sejak pukul 11.00 wib yang telah dihadiri oleh 20 orang ibu-ibu yang membawa bayi, balita, dan anak. Acara diawali dengan pengisian absen yang telah disediakan oleh tim pelaksana kemudian pembukaan oleh moderator. Setelah itu, baru tim pelaksana mulai melakukan penyuluhan dan sosialisasi pijat bayi, balita, dan anak di depan para peserta pengabdian masyarakat.

Selanjutnya, tim pelaksana memberikan kuesioner kepada seluruh ibu yang hadir. Kuesioner kemudian diisi oleh ibu-ibu sesuai dengan pengetahuan mereka. Dari hasil penyebaran kuesioner tersebut diketahui bahwa sebagian besar ibu-ibu memiliki pengetahuan yang kurang, yaitu 10 orang (50%) tentang pijat bayi, balita, dan anak dalam mendukung tumbuh kembangnya. Hasil tersebut dapat dilihat pada gambar 2 berikut.



Gambar 2 Diagram Sosialisasi Dan Penyuluhan Pijat Bayi, Balita Dan Anak Dalam Mendukung Tumbuh Kembangnya Sebelum Penyuluhan.



Gambar 3. Bidan / Dosen Yang Melakukan Pijat Bayi Dalam Mendukung Tumbuh Kembang Bayi

Berdasarkan pengamatan kegiatan pegabdian pada masyarakat didapatkan bahwa: 1. Meningkatnya pengetahuan dan pemahaman ibu-ibu tentang pijat bayi, pengertian pijat bayi, manfaat pijat bayi dan tujuan pijat bayi. Hal ini dapat dilihat dari kemampuan ibu 20 yang mampu menjawab pertanyaan pertanyaan yang diberikan pemateri. 2. Meningkatnya rasa ibu untuk menemukan solusi tentang keresahan dan susah tidur yang dialami bayinya dimana ibu mampu melaksanakan pijat bayi setelah dilakukan demonstrasi. 3. Meningkatkan pengetahuan ibu tentang Manfaat pijat bayi juga mendukung tumbuh kembang bayi.



Gambar 4. Dosen Memberikan Simulasi Pijat Bayi Dan Memberikan Penyuluhan/ Materi Tentang Pijat Bayi

Kegiatan Sosialisasi/penyuluhan dan pelaksanaan praktek pijat bayi di Raskha berjalan dengan sangat baik. Hal ini terlihat dari antusias nya para ibu dan bayi yang hadir pada saat kegiatan berlangsung banyak para ibu bertanya menunjukkan rasa ingin tahu mereka terhadap materi yang disampaikan. Selama ini, pengetahuan ibu tentang pijat bayi masih sangat kurang. Sehingga setelah diberikan Sosialisasi /penyuluhan para ibu mengerti pentingnya pijat bayi dan bagaimana melaksanakan pijat bayi yang aman. Dalam mengatasi masalah keresahan dan susah tidur yang dialami bayinya, bisa dicegah dengan memberikan edukasi ataupun praktek langsung kepada ibu dan bayi pelaksanaan pijat bayi.



Gambar 5. Dosen Melakukan Simulasi Pijat Bayi

Dosen melakukan simulasi pijat bayi kepada salah satu bayi yang datang ke kegiatan pengabdian masyarakat, para dosen tersebut telah memiliki sertifikat pelatihan pijat bayi dan sudah berkompeten.

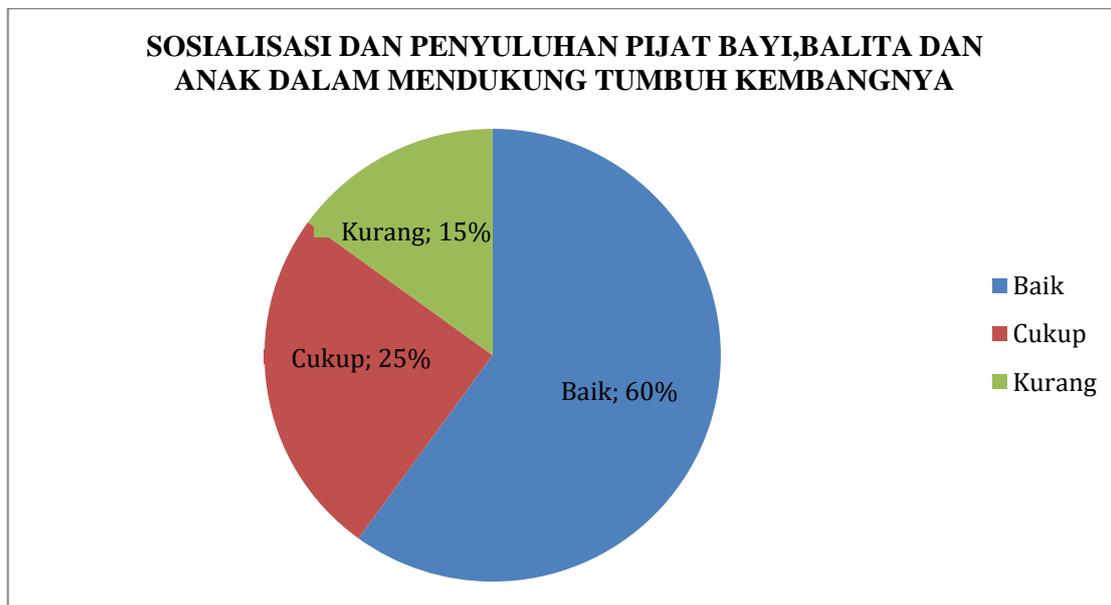


Gambar 6. Dosen Membantu Peserta Dalam Proses Simulasi Pijat Bayi



Gambar 7. Dosen, Peserta Dan Mahasiswa Foto Bersama

Setelah dilakukan penyuluhan dan sosialisasi pijat bayi, balita dan anak kepada seluruh peserta dibagikan kuesioner kembali untuk diisi kembali oleh peserta, didapatkan hasil yaitu sebagian besar pengetahuan ibu baik berjumlah 12 orang (60%) Hasil tersebut dapat dilihat pada gambar 8 berikut.



Gambar 8 Diagram Sosialisasi Dan Penyuluhan Pijat Bayi, Balita Dan Anak Dalam Mendukung Tumbuh Kembangnya setelah penyuluhan dan sosialisasi

Berdasarkan dari pelaksanaan penyuluhan dan sosialisasi pijat bayi, balita dan anak diketahui sebelum diberi penyuluhan dan sosialisasi ibu yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 6 orang (30%). Setelah diberikan penyuluhan dan sosialisasi pengetahuan ibu-ibu tentang pijat bayi, balita dan anak meningkat menjadi 12 orang (60%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa ibu yang melakukan pijat bayi memiliki kepercayaan diri yang lebih besar dalam kemampuan menjadi orang tua serta mengalami hubungan lebih kuat dengan bayi mereka pijat bayi yang dilakukan secara tepat dan benar serta dilakukan oleh orang yang tepat misalnya bidan dan ibu yang sudah terlatih akan memberikan dampak yang sangat baik untuk bayi, sehingga diharapkan kepada ibu-ibu untuk melakukan pijat bayi secara rutin. Pijat bayi pun diharapkan diberikan oleh seseorang yang sudah terlatih sehingga bisa memberikan pijat bayi yang benar dan baik.

4. Kesimpulan

Dari hasil kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu-ibu sebelum mendapatkan penyuluhan dan sosialisasi pijat bayi mempunyai pengetahuan yang kurang dan ibu-ibu yang telah diberikan penyuluhan dan sosialisasi sebagian besar pengetahuan ibu-ibu meningkat menjadi lebih baik, pijat bayi merupakan salah satu cara yang menyenangkan yang akan membuat perasaan nyaman bagi bayi. Karena pijatan lembut akan membantu meringankan ketegangan otot sehingga bayi menjadi tenang. Jadi pijat bayi sangat penting serta berguna dalam memberikan suatu kenyamanan yang dibutuhkan oleh bayi dan juga bisa mendukung tumbuh kembang bayi. Disarankan agar institusi melakukan pemantauan kembali / mengembangkan lebih luas lagi pengabdian masyarakat tentang pijat bayi, balita dan anak untuk dijadikan sebuah penelitian.

Ucapan Terima Kasih

Terima kasih kami ucapkan kepada Rashka Mombaby care yang telah menyediakan tempatnya untuk mendukung dan terlaksananya kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini, serta seluruh ibu-ibu,

dan mahasiswa kebidanan yang telah bersedia untuk menjadi peserta dan memberikan umpan balik dalam kegiatan ini

Daftar Pustaka

- [1] Aryanti L dkk, “*Improvin the skills of Improving the skills of Mother’s Massage Practices*”. J Kebidanan, 2019.
- [2] Fitriyani S, “Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi”. *Angew Chemie Int Ed*. 2019.
- [3] Kelly, P, “Bayi Anda Tahun Pertama”. Jakarta, Arcan, 2021.
- [4] Marulak T, City TT. “PKM Pelatihan Pijat Bayi Bagi Ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Marulak KotaTebing Tinggi”. *Intersh Heal Sci*. 2020
- [5] Na’mah, LU & Kusumastui, K. “Efektivitas Baby Massage dan Baby Gym Terhadap Perkembangan Bayi 3-6 Bulan”. *Jurnal Ilmiah Kesehatan (JIK)*. 2019.
- [6] Ode Sitti Asma, W. “Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Bayi Di Wilayah Kerja Puskesmas Maligano Kecamatan Maligano Kabupaten Muna”. 2019.
- [7] Orami. “Cara Memijat Bayi yang Bisa Moms Lakukan di Rumah”. 2021.
- [8] Prasetyono, D. S. “Buku pintar pijat bayi (Fifah (ed.))”. Buku Biru, 2019.
- [9] Putri, A. *Pijat dan Senam Untuk Bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita*. Brilliant Offset, 2019.
- [10] Roesli, U. “Pedoman Pijat Bayi”. Trubus Agriwidya, 2019.
- [11] Riksani, Ria, “Cara Mudah Dan Aman Pijat Bayi”, Jakarta, Dunia Sehat, 2020.
- [12] Sekartini, “Buku Pinta Bayi”. Jakarta, Pustaka Bunda, 2019.