



STIMULASI PERKEMBANGAN DAN PIJAT BAYI DALAM MENCAPAI TUMBUH KEMBANG OPTIMAL DI DESA KARANG BAYAN

Ni Putu Karunia Ekayani^{✉1}

¹Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Mataram

✉karuniaekayani80@gmail.com

Genesis Naskah:

Diterima 3 Agustus 2021; Disetujui 30 Oktober 2021; Di Publikasikan 30 November 2021

Abstrak

Salah satu bentuk memberikan rangsangan untuk menstimulasi tumbuh kembang anak lebih optimal dapat dilakukan melalui pemberian pijat bayi. Tindakan pijat bayi secara teratur dan sesuai dengan tata cara dan teknik pemijatan bayi dapat merangsang pertumbuhan fisik dan perkembangan emosional bayi. Namun teknik pijat bayi yang tepat belum banyak diketahui oleh masyarakat. Survey pendahuluan di Dusun Berembeng Timur diperoleh hampir semua orang tua beranggapan bahwa pijat bayi lebih cenderung dilakukan oleh dukun pijat. Orang tua belum mengetahui manfaat lebih jauh dari pijat bayi dan belum memahami bagaimana cara memijat bayi yang benar sehingga mereka tidak melakukan pemijatan secara mandiri. Tujuan pengabdian pada masyarakat ini adalah diharapkan orang tua dapat mengetahui stimulasi perkembangan sesuai dengan usia bayi dan cara melakukan pijat bayi yang tepat sehingga memiliki kesadaran untuk melakukan stimulasi perkembangan bayinya dan melaksanakan pijat bayi secara rutin. Sasaran kegiatan ini adalah orang tua yang memiliki balita usia 1-12 bulan di Dusun Brebeng Timur Desa Karang Bayan Wilayah Kerja Puskesmas Sigerongan sejumlah 30 orang. Metode kegiatan yang digunakan adalah teknik ceramah, diskusi dan demonstrasi cara atau teknik pijat bayi. Hasil Kegiatan adalah sasaran seluruhnya mengikuti penyuluhan tentang simulasi perkembangan dan mampu melakukan teknik pijat bayi yang diajarkan dengan baik dan adanya peningkatan tingkat pengetahuan peserta tentang stimulasi perkembangan. Keterampilan pijat Bayi pada peserta bervariasi sesuai dengan tingkat Pendidikan peserta dan pengalaman peserta dalam merawat bayi dan melakukan pemantauan pertumbuhan dan perkembangan anaknya. Diharapkan orang tua dapat menerapkan teknik pijat bayi secara teratur dan mandiri di rumah masing-masing sesuai teknik yang telah diberikan.

Kata Kunci : Simulasi perkembangan, pijat bayi

DEVELOPMENT STIMULATION AND BABY MASSAGE TO ACHIEVE OPTIMAL GROWTH IN KARANG BAYAN VILLAGE

Abstract

One form of providing stimulation to stimulate children's growth and development more optimally can be done through the provision of baby massage. The action of baby massage regularly and following the procedures and proper techniques of massage can stimulate the physical growth and emotional development of the baby. Nevertheless, the precise baby massage technique is not widely known by the public. A preliminary survey in East Berembeng village found that almost all parents thought that baby massage was more likely to be done by a traditional massage therapist. Parents do not know the further benefits of baby massage and do not understand how to massage babies properly so that they do not carry out massage independently. The purpose of community service program (PKM) is that parents are expected to find out developmental stimulation according to the baby's age and how to do the proper baby massage thus that they have the awareness to stimulate their baby's development and carry out baby massage regularly. The target of this activity is parents of 30 people with toddlers aged 1 to 12 months in East Brembeng, Karang Bayan Village. The method used is lecturing, discussions, and demonstrations of baby massage techniques. The results of the activity are the overall target participate in counseling about developmental stimulation and being able to carry out baby massage techniques that are taught well and also an additional of participants' knowledge about developmental stimulation. Infant massage skills in participants varied according to the participant's educational level and experience in caring for infants and monitoring the growth and development of their children. It is hoped that parents can administer baby massage techniques regularly and independently at their respective homes according to the techniques that have been given.

Keywords: *Developmental Stimulation, Baby Massage*

Pendahuluan

Bayi usia 0 -12 bulan merupakan masa emas untuk pertumbuhan dan perkembangan anak sehingga perlu mendapatkan perhatian khusus (Nugraheni, 2018). Di masa ini terjadi pertumbuhan yang pesat dan proses pematangan berlangsung secara terus-menerus terutama meningkatnya fungsi sistem saraf (Harahap, 2019). Dalam memperoleh perkembangan bayi yang optimal orang tua khususnya ibu perlu melaksanakan stimulasi yaitu rangsangan pada bayinya salah satu bentuk stimulasi yang dapat diberikan adalah dengan memberikan pijatan. Manfaat pijat bayi dapat membuat bayi merasa nyaman, dan relaks, pijat membuat otot – otot bayi menjadi renggang, pijat bayi dapat membantu konsentrasi, memicu perkembangan otak, meringankan pencernaan, dan membantu oksigen menuju ke otak.

Pada Penelitian (Sudarmi dkk, 2020) Adanya respon yang baik (80%) ibu memahami pentingnya pijat bayi sehingga diharapkan dapat memotivasi dan menambah keterampilan ibu – ibu dalam pijat bayi. Manfaat lainnya dari pijat bayi yaitu dapat meningkatkan jumlah dan sitotoksisitas dari sistem kekebalan (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), serta memperbaiki sirkulasi darah dan pernapasan. Pijat bayi juga dapat membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak (*bounding*) (Afriyani et al., 2020).

Berdasarkan survey pendahuluan dilakukan wawancara dengan beberapa orang tua di Dusun Brembeng Timur Desa Karang Bayans sebagian besar orang tua beranggapan bahwa pijat bayi dilakukan hanya saat bayi sakit, rewel, dan terjatuh, serta pijat bayi lebih cenderung dilakukan oleh dukun pijat. Orang tua belum mengetahui manfaat lebih jauh dari pijat bayi dan belum memahami bagaimana cara memijat bayi yang benar sehingga mereka tidak melakukan pemijatan secara mandiri. Hal ini diperkuat dengan penelitian Budiarti (2016), diungkapkan bahwa pijat bayi masih dianggap sebagai tradisi yang dilakukan secara turun - temurun yang sudah biasa dilakukan baik oleh ibu

yang memiliki bayi, keluarga, maupun tetangga ibu bayi. Perilaku pijat bayi tersebut disebabkan karena pengetahuan ibu kurang yang mana informasi pijat bayi hanya diperoleh dari orang tua secara turun-temurun dan hanya mengikuti tradisi dalam melakukan pijat bayi tanpa mengetahui teori yang benar tentang pijat bayi. Menurut analisis peneliti bahwa ibu yang memiliki pengetahuan kurang lebih banyak untuk membawa anaknya pijat ke dukun bayi disebabkan karena kurangnya informasi dan pemahaman yang didapat oleh ibu tentang pijat bayi, manfaat, cara-cara dan teknik yang dilakukan pada pijat bayi sehingga banyak ibu yang membawa anaknya untuk pijat ke dukun bayi. Dari permasalahan di atas maka perlu dilakukan kegiatan penyuluhan stimulasi perkembangan dan pijat bayi kepada orang tua di Dusun Berembeng Timur Desa Karang Bayan

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Dusun Brembeng Timur Desa Karang Bayan Wilayah Kerja Puskesmas Sigerongan. Metode pelaksanaan dalam pengabdian masyarakat ini adalah terdiri dari :

A. Tahap Pelaksanaan

Metode yang digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yaitu dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang stimulasi perkembangan dan pijat bayi pada sasaran yaitu Orang tua yang memiliki balita usia 1-12 bulan di Dusun Brembeng. Pendidikan kesehatan yang diberikan adalah melalui penyuluhan simulasi perkembangan dan demonstrasi pijat bayi sehingga diharapkan ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita memiliki pengetahuan tentang tumbuh kembang anak dan dapat melakukan stimulasi perkembangan pada

anaknya sesuai tahapan usianya. Adapun tahap pelaksanaan kegiatan sebagai berikut:

- 1) **TAHAP 1: *Assesment***
Tahap ini meliputi kegiatan peninjauan penetapan sasaran yang tepat, Pendataan terkait pengetahuan dan keterampilan awal peserta melalui kuesioner pretest. melaksanakan studi pustaka tentang simulasi perkembangan dan teknik pijat bayi, melakukan persiapan alat, materi dan media penyuluhan dan bahan untuk demonstrasi, melakukan uji coba terhadap alat dan bahan yang digunakan serta melakukan koordinasi bersama tim untuk pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat
- 2) **TAHAP 2 : *Planning and Development***
Perencanaan dan persiapan terkait kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dengan mengurus izin kegiatan pengabmas ke puskesmas Sigerongan dan kantor Desa Karang Bayan, kemudian melakukan koordinasi dengan Bidan coordinator kader dan perangkat dusun sebagai mitra yang berperan turut dalam merencanakan jadwal kegiatan pengabmas yang dilaksanakan di Dusun Brembeng Timur Desa Karang Bayan Wilayah Kerja Puskesmas Sigerongan.



Gambar 2. Peserta Pengabmas

- 3) **TAHAP 3 : *Implementation***
Pada tahap ini direncanakan pelaksanaan kegiatan sesuai dengan yang direncanakan

sebelumnya yaitu memberikan Pendidikan kesehatan tentang pemahaman tentang simulasi perkembangan anak meliputi tahapan perkembangan anak, manfaat dan prinsip melakukan simulasi perkembangan pada anak, cara melakukan simulasi pada anak. Dn dilanjutkan dengan melaksanakan Demonstrasi Pijat bayi.



Gambar 2. Pelaksanaan Pijat bayi

B. Strategi Pelaksanaan

Strategi pelaksanaan dalam kegiatan Pengabmas ini dilaksanakan dengan strategi sebagai berikut:

Tabel 1. Strategi Pelaksanaan

Input	Proses	Output
<ul style="list-style-type: none"> - Menentukan sasaran yang tepat sesuai dengan pelaksanaan Pendidikan kesehatan tentang simulasi perkembangan dan pijat bayi - Pertemuan koordinasi antara tim dengan mitra kegiatan 	<ul style="list-style-type: none"> - Mengisi absensi kegiatan, kuesioner awal (<i>pretest</i>) - mengikuti paparan materi dan demonstrasi yang diberikan - melaksanakan pijat bayi sesuai dengan panduan yang diberikan - Mengisi kuesioner akhir (<i>posttest</i>) 	<ul style="list-style-type: none"> - Peningkatan pengetahuan mengenai simulasi perkembangan bayi - Sasaran mampu melaksanakan pijat bayi dengan tepat sesuai panduan

C. Tahap Evaluasi

1. Evaluasi pelaksanaan

Evaluasi saat pelaksanaan adalah respon peserta selama proses kegiatan pendidikan kesehatan tentang simulasi perkembangan dan melaksanakan pijat bayi secara mandiri

2. Evaluasi hasil

Evaluasi hasil terhadap sasaran yaitu sasaran mampu mengikuti kegiatan pengabmas ini sampai prosesnya selesai dan menjawab kuesioner evaluasi dengan lancar serta seluruh peserta dapat melakukan pijat bayi

3. Evaluasi luaran

Evaluasi luaran adalah terdapat peningkatan pengetahuan ibu/sasaran sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan kesehatan. Tentang simulasi perkembangan dan kemampuan ibu dalam melakukan pijat bayi.

Hasil dan Pembahasan

Kegiatan penyuluhan dilaksanakan sesuai rencana di Dusun Berembeng Timur yang diikuti oleh 30 ibu dan balita. Karakteristik peserta Pengabmas sebagian besar berusia produktif usia 20-35 tahun yaitu sebesar 76% dengan tingkat Pendidikan lulusan SMP sebesar 65% dan sebagian besar dengan paritas multipara sebesar 80%.

Sebelum kegiatan Pendidikan kesehatan tentang simulasi perkembangan dan pijat bayi disampaikan kepada peserta, pada umumnya peserta belum memiliki pengetahuan dan pemahaman yang tepat tentang stimulasi perkembangan dan pijat bayi. Pengetahuan awal peserta tingkat pengetahuan kurang sebanyak 6,7%. Ada 2 orang peserta yang masih dengan tingkat pengetahuan kurang saat diberikan pertanyaan melalui pre test awal hanya sebesar 10% peserta yang memiliki tingkat pengetahuan yang baik dan 30% dengan tingkat pengetahuan yang cukup sedangkan sebesar 60% dengan tingkat pengetahuan yang kurang tentang stimulasi perkembangan pada anak. Selanjutnya dilaksanakan paparan materi

tentang simulasi perkembangan anak meliputi manfaat, tujuan, jenis, waktu yang tepat terkait dengan simulasi perkembangan dan pelaksanaan simulasi yang benar pada Bayi. Berdasarkan paparan awal diketahui bahwa banyak dari para ibu belum mengetahui manfaat dari melakukan stimulasi perkembangan pada anaknya. Sebagian besar ibu menyatakan bahwa perkembangan anak akan otomatis secara langsung mengikuti pertumbuhannya. Ibu-ibu berpendapat semakin bertambah usia anak otomatis anak akan semakin pintar tanpa membutuhkan perlakuan apapun hanya perlu dijaga kebutuhan makannya saja dan perawatan kesehatannya.

Berdasarkan pengakuan peserta, mereka merasa penyuluhan ini sangat penting bagi mereka terutama nantinya dapat diterapkan bagi anaknya. Pemahaman peserta penyuluhan terlihat saat diskusi dan Tanya jawab ternyata sebagian besar peserta mampu menyerap dan memahami materi yang disampaikan terutama manfaat simulasi perkembangan dan pijat bayi.

Kegiatan pengabmas ini mendapat sambutan yang sangat baik dari peserta penyuluhan terlihat dari antusias peserta saat diskusi dan tanya jawab. Selain itu pada hasil Post test terdapat peningkatan tingkat pengetahuan dimana ibu dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 60,7 %% dan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 36% masih terdapat 3,3% atau 1 orang peserta dengan pengetahuan kurang hal tersebut dapat berkaitan dengan tingkat Pendidikan yang tidak tamat sekolah hal ini berkaitan dengan dasar keterbatasan dalam menyerap informasi yang diterima.

Upaya yang dilakukan tim pengabmas selama proses pemberian Pendidikan kesehatan dengan menggunakan bahasa yang mudah dipahami, penggunaan alat bantu berupa leaflet yang berisi gambar dan memperlihatkan alat stimulasi perkembangan untuk anak yang ditunjukkan langsung

sehingga peserta dengan tingkat pendidikan yang rendah dapat dengan mudah memahami materi yang diberikan. Selain itu memberi kesempatan kepada peserta dalam setiap pemaparan untuk Tanya jawab hal-hal yang belum dipahami. Dalam penyampaian materi diawali dengan memberi kesempatan kepada peserta yang memiliki pengalaman dalam pengasuhan untuk memaparkan pengalamannya dalam memberikan simulasi pada anaknya untuk kemudian dapat di paparkan pelaksanaan stimulasi perkembangan dan teknik pijat bayi yang tepat.

Pada kegiatan berikutnya setelah pemaparan dilanjutkan dengan demonstrasi pijat bayi. Setelah memperagakan teknik pijat bayi, meminta peserta untuk melakukan pijat bayi dengan alat peraga dengan tepat. Seluruh peserta telah melaksanakan pijat bayi sesuai dengan pedoman pada leaflet. Kemampuan peserta dalam melaksanakan pijat bayi bervariasi. Peserta yang melaksanakan teknik pijat bayi rata-rata setelah dua kali dibimbing dan mencoba mempraktekkan sendiri sudah mampu melakukan secara mandiri namun terdapat juga peserta yang harus berulang kali untuk dapat mampu dan memiliki kepercayaan diri untuk melakukan sendiri Teknik pijat bayi. Hal ini dapat dipengaruhi oleh peserta yang memiliki tingkat Pendidikan dan pengalaman yang bervariasi dalam perawatan dan pemantauan tumbuh kembang anaknya.

Penanaman kesadaran akan pentingnya pijat bayi merupakan hal yang perlu dilakukan oleh ibu khususnya pada bayinya, hal ini diharapkan agar perilaku ibu dalam memijat bayi secara mandiri dapat dilakukan secara tepat, teratur dan secara terus menerus. Sehingga dengan pemberian stimulasi berupa pijat bayi dari ibu akan menciptakan anak yang cerdas dan mencapai tumbuh kembang anak yang optimal (Maharani, 2009).

Penanaman kesadaran ini dapat dilakukan dengan cara penyuluhan kesehatan khususnya tentang

pijat bayi. Prilaku seorang ibu dalam memberikan pemijatan pada bayinya sendiri merupakan kegiatan yang menyenangkan. Kegiatan ini dapat membuat orang tua berkomunikasi dengan bayinya baik secara fisik maupun emosi. Selain memijat dengan lembut dan hati-hati, dengan pijat bayi orang tua juga bias sambil berbicara, pandangan mata dan bersenandung kepada anaknya, sehingga dapat meningkatkan kontak batin serta perasaan kasih sayang yang dapat makin memperkuat ikatan emosi (*bonding*) anatar ibu dan bayi, bahkan sampai anak tumbuh dewasa (Maharani, 2009).

Faktor pendukung keberhasilan kegiatan ini adalah adanya bidan desa dan kader posyandu yang turut membantu serta ibu-ibu yang sangat antusias bersamangat dalam kegiatan ini. Selain itu sarana dan prasarana di posyandu yang mendukung pelaksanaan kegiatan ini. Pemberian informasi melalui penyuluhan membutuhkan kreatifitas dari penyuluh itu sendiri agar pesan yang hendak disampaikan dapat diterima oleh penerima pesan. Sehingga seorang penyuluh harus memiliki kualitas pengetahuan dan kemampuan berkomunikasi yang baik. Proses penuaan akan mempengaruhi kemampuan pembelajaran, perubahan kognisi akibat proses aging akan mempengaruhi fungsi mental, menurunnya daya ingat jangka pendek, penurunan kemampuan berfikir abstrak, penurunan kemampuan konsentrasi dan penurunan kemampuan untuk bereaksi. Strategi pembelajaran yang dapat digunakan pada kondisi perubahan kognisi adalah dengan cara memberikan materi dengan sedikit sedikit, tempo lambat, repetisi informasi yang sering menggunakan media seperti audiovisual, tertulis dan sesi praktik atau demonstrasi yang berulang. Lingkungan pembelajaran pun harus mendukung agar tidak mengganggu konsentrasi klien. Perubahan sensori akibat proses aging dapat mempengaruhi proses pembelajaran baik langsung maupun tidak. Strategi pembelajaran yang dapat digunakan pada

kondisi perubahan sensori adalah membuat ukuran tulisan dengan lebih besar, volume suara tegas dan tidak melengking, dilakukan dengan beradapan (Niman, 2017).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengabdian kepada masyarakat berupa penyuluhan stimulasi perkembangan dan pijat bayi di Dusun Berembeng dapat diperoleh beberapa kesimpulan sebagai berikut :

- a. Kegiatan penyuluhan stimulasi perkembangan dan pijat bayi berjalan lancar dan peserta menunjukkan sikap antusias serta merasakan manfaat dari kegiatan ini.
- b. Adanya respon positif dari peserta yang menunjukkan peningkatan pengetahuan peserta tentang simulasi perkembangan anak
- c. Seluruh Peserta mampu melaksanakan pijat bayi secara mandiri dan tepat setelah dilakukan demonstrasi dan bimbingan.

Referensi

- Afriyani, L. D., Purwanti, S., Wulandari, R., Kristiana, K., & Khasanah, F. (2020). Pengabdian Masyarakat Pelatihan Pijat Bayi Sehat. Call For Paper Seminar Nasional Kebidanan, 1(1), 54–60.
- Budiarti, T. & Musyarofah, I. (2017). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Ibu Terdapat Pijat Bayi Di Kelurahan Sidanegara Wilayah Kerja Puskesmas Cilacap Tengah Jurnal Viva Medika. Volume 10 No 1. Sep September 2017
- Budiarti, T. & Frisca, D. Y. (2018). Telaah Kegiatan Pijat Bayi Di Cilacap Perkotaan . Jurnal Jurkessia. Vol IX, No 1. November 2018
- Harahap, N. R. (2019). Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan Jurnal Kesehatan Prima . ISSN: 2460-8661 Volume 13 No 2. Agustus 2019

- Kemenkes RI, 2014, Instrumen Stimulasi, Deteksi dan intervensi Dini Tumbuh Kembang Anak, Jakarta, Kemenkes RI
- Maharani, Sabrina, 2009. Pijat dan Senam Sehat Untuk Bayi. Jogjakarta: Kata Hati
- Maryati, S., Kesehatan, A., & Husada, K. (2015). Kangaroo Mother Care Dan Pijat Bayi Efektif Meningkatkan Berat. 3(3), 198–205
- Niman. (2017). Promosi dan pendidikan kesehatan. Trans Info Media
- Nugraheni, R. I., Ambarwati, R., & Marni. (2018). Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Dengan Terapi Pijat. jurnal Akademi Keperawatan Giri Satria Husada Wonogiri. ISSN 2088-2734 Vol 7 No 1 Januari 2018. Diakses 2 Februari 2020
- Putri, Alissa, 2009. Pijat dan Senam Untuk Bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita. Yogyakarta: Brilliant Offset.
- Sudarmi, ST. Halimatusyaadiah, Dian Ayu, 2021, Pemberdayaan Ibu Bayi meningkatkan status gizi bayi yang berusia 6-12 bulan melalui pijat bayi berbasis budaya local (OBISA) di kota Mataram, Jurnal Selaparang ISSN : 2614-5251 Vol 5, No 1, Desember 2021.