



UPAYA PENINGKATAN KETERAMPILAN IBU DENGAN PELATIHAN PIJAT BALITA

Sofa Fatonah H.S¹, Sri Maryati, Karwati², Damai Yanti³, Yosi Oktri⁴
¹⁻⁴Jurusan Kebidanan, STIKes Budi Luhur Cimahi, Indonesia

Genesis Naskah:

Diterima 09 Maret 2022; Disetujui 16 Oktober 2022; Di Publikasi 30 November 2022

Abstrak

Anak usia 0-5 tahun adalah generasi emas (*golden periods*) dimana anak pada usia tersebut terjadi proses tumbuh kembang yang optimal, sehingga bayi atau anak perlu diberikan stimulasi pijat bayi agar tumbuh kembangnya bisa maksimal. Salah satu cara membantu proses pertumbuhan dan perkembangan serta sebagai *bounding attachment* antara ibu dan anak adalah dengan melakukan pijat pada bayi. Bayi pertama kali belajar berkomunikasi lewat sentuhan orang tua, maka meskipun masih sangat kecil, bayi sudah dapat menikmati dan memamknai pijatan yang diberikan. 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. Orang yang harus mengetahui tumbuh kembang anak adalah orang tua, selain itu petugas posyandu balita yang menimbang dan memeriksa kesehatan anak, sehingga peran orang tua sangatlah penting terutama ibu harus punya ilmu yang cukup tentang tumbuh kembang dan bagaimana cara mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang optimal. Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu setelah mengikuti pelatihan keterampilan pijat balita ini. Setelah mengikuti Pelatihan keterampilan pijat bayi ini yang dilaksanakan di RW 14 Cibeber Kota Cimahi dengan pelaksanaan pelatihan dilakukan selama 4 kali pertemuan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam keterampilan pijat bayi.

Kata Kunci : Keterampilan; Pijat Balita

EFFORTS TO IMPROVE SKILLS TRAINING MOTHER TODDLER IN MASSAGE

Abstract

Children aged 0-5 years are the golden generation (*golden periods*) where children at that age have optimal growth and development processes, so babies or children need to be given baby massage stimulation so that their growth and development can be maximized. One way to help the process of growth and development as well as a *bounding attachment* between mother and child is to massage the baby. Babies first learn to communicate through the touch of their parents, so even though they are still very small, babies can already enjoy and interpret the massage given. In Indonesia, the role of baby massage in rural communities is still held by traditional birth attendants. So far, massage is not only done when the baby is healthy, but also when the baby is sick or fussy and has become a routine for baby care after birth. The person who must know the child's growth and development is the parent, besides the toddler posyandu officer who weighs and checks the child's health, so the role of parents is very important, especially mothers must have sufficient knowledge about growth and development and how to achieve optimal growth and development. This community service aims to increase the knowledge and skills of mothers after participating in this toddler massage skills training. After participating in this baby massage skills training which was held in RW 14 Cibeber, Cimahi City, the training was carried out for 4 meetings that there was an increase in the knowledge and skills of mothers in infant massage skills.

Keywords: Skills; Toddler Massage

Pendahuluan

Anak usia 0-5 tahun adalah generasi emas (golden periods) dimana anak pada usia tersebut terjadi proses tumbuh kembang yang optimal, sehingga bayi / anak perlu diberikan stimulasi pijat bayi agar tumbuh kembangnya bisa maksimal. Memijat bayi sudah terbukti mampu membawa berbagai manfaat bagi ibu dan bayi. Memijat bayi sebenarnya tidak jauh beda dengan aktifitas ketika memandikan bayi. Karena lewat kegiatan ibu tersebut ada beberapa hal yang bisa dilakukan untuk membantu merangsang dan berkomunikasi antara ibu dengan bayi. Tujuan dari pemijatan kepada bayi adalah untuk mewujudkan salah satu ungkapan cinta kasih sayang orang tua kepada anaknya melalui berbagai macam sentuhan lembut yang dihasilkan dari pijatan dan sentuhan hangat tangan sang ibu tersebut. Sentuhan merupakan sebuah alat terapi yang sangat ampuh, begitu juga halnya pijatan.

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. Orang yang harus mengetahui tumbuh kembang anak adalah orang tua, ibu harus punya ilmu yang cukup tentang tumbuh kembang dan bagaimana cara mencapai pertumbuhan dan perkembangan yang

optimal. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Setiawati mengenai “Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0–6 bulan di Polindes Buluk Agung Wilayah Kerja Puskesmas Klampis Bangkalan” bahwa pijat bayi mempunyai banyak manfaat bagi bayi, yaitu dapat meningkatkan berat badan bayi, partum-buhan bayi, daya tahan tubuh bayi, konsentrasi bayi, membuat tidur bayi lebih lelap dan mempererat ikatan kasih sayang antara orang tua dan anak. Dalam keadaan sehat dan mendapat gizi yang baik, berat badan bayi pada tahun pertama kehidupannya mengalami peningkatan 140–200 gram tiap minggunya. Penelitian lain yang ikut memberikan kesimpulan yang sama adalah penelitian yang dilakukan oleh Oktobriani (2010) pada penelitiannya yang berjudul “Pengaruh pendidikan kesehatan tentang pijat bayi terhadap praktik pijat bayi di Polindes Harapan Bunda Sukoharjo”. Hasil penelitiannya menyimpulkan bahwa berdasarkan analisis secara keseluruhan didapatkan nilai $t\text{-hitung} > t\text{-tabel}$ ($29,231 > 2,040$) atau $p < \alpha$ ($0,000 < 0,05$). Hal ini berarti terdapat perbedaan yang bermakna antara praktik ibu dalam melakukan pijat bayi sebelum diberi pendidikan kesehatan dan sesudah diberi pendidikan kesehatan. Berdasarkan hasil analisis dapat diketahui bahwa kemampuan praktik pijat bayi seorang ibu sesudah diberi pendidikan kesehatan

tentang pijat bayi lebih baik dibandingkan dengan kemampuan praktik pijat bayi sebelum diberi pendidikan kesehatan tentang pijat bayi, dengan demikian disimpulkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan tentang pijat bayi terhadap praktik pijat bayi. Dalam hal ini wilayah RW 14 masih ditemukan Gizi balita, stunting, gerakan tutup mulut dan masih rendahnya orang tua dalam pengetahuan manfaat pijat bayi. Perlu peran serta Perguruan Tinggi untuk mengadakan pelatihan dan pendampingan bagi ibu RW 14. Pelatihan yang akan diberikan kepada orang tua khususnya ibu yang mempunyai anak balita, tentang bagaimana cara pijat bayi yang benar dengan dukungan fasilitas dana pengabdian masyarakat dari STIKes Budi Luhur Cimahi.

Metode

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di wilayah RW 14 Kelurahan Cibeber, 20 Agustus 2021, 21 Agustus 2021, 9 September 2021 dan 14 September 2021.

Tahapan kegiatan yang dilakukan dalam pengabdian masyarakat sebagai berikut:

1. Tahap perencanaan

Tahap perencanaan dilakukan dengan pembentukan dan pembekalan tim pengabdian kepada masyarakat (PKM) yang terdiri dari 5 orang, yaitu 5 orang

dosen dilanjutkan dengan pembuatan proposal yang ditujukan oleh LPPM STIKes Budi Luhur. Dilanjutkan dengan perumusan tujuan, identifikasi mitra, pengumpulan dan analisis kebutuhan, serta penentuan prioritas masalah

2. Tahap persiapan

Tahap persiapan dilaksanakan selama 1 bulan sesuai dengan kesepakatan dengan ibu balita RW 14 Kelurahan Cibeber. Setelah itu dibuat penjadwalan kegiatan dan penentuan tempat sosialisasi. Selanjutnya, tim menentukan alat dan bahan yang dibutuhkan serta melakukan pembelian peralatan sesuai dengan anggaran yang telah dibuat.

3. Tahap pelaksanaan

a) Sosialisasi: tentang pengertian pijat bayi, manfaat pijat bayi, indikasi pijat bayi, tahapan pijat bayi. Sebelum pemberian materi dilakukan pre test terlebih dahulu.

b) Pengajaran: membentuk kelompok kecil serta ketua kelompoknya, tahapan pengajaran yang diberikan tentang pelatihan pijat bayi

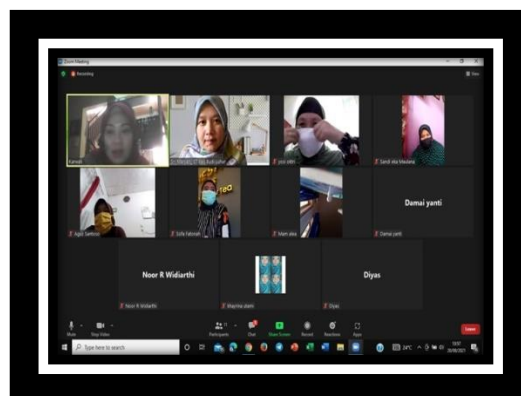
c) Aplikasi: pelatihan bagaimana mengaplikasikan materi-materi yang sudah diajarkan melalui demonstrasi dan re-demonstrasi yaitu tentang pelaksanaan pijat bayi

4. Tahap evaluasi: review solusi permasalahan ibu balita dengan upaya peningkatan keterampilan ibu melalui pelatihan pijat balita dan memantau keberlanjutan pijat bayi agar terus ditingkatkan selama tahun 2021 dan *follow up* untuk tahun 2022, dan seterusnya. Setelah kegiatan PKM dilakukan evaluasi kegiatan melalui kuesioner sebagai *feedback* dan penyerahan sertifikat kepada ibu balita

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian masyarakat dilaksanakan sebanyak 4x yaitu dimulai pada tanggal 20 Agustus 2021 pada pukul 13.00 yang dihadiri oleh peserta pelatihan, Ketua RT, Pembicara dan panitia pengmas dengan total keseluruhan sebanyak 26 orang. Kegiatan tersebut dilakukan secara daring dengan media zoom. Kegiatan diawali dengan pembagian kuesioner pengetahuan ibu melalui pengisian google form untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan keterampilan ibu sebelum diberikan pelatihan mengenai pijat bayi. Adapun hasil kuesioner yang didapatkan yaitu Nilai rata-rata pengetahuan responden sebelum diberikan pelatihan 54,75 dan nilai rata-rata keterampilan responden sebelum diberikan pelatihan 21,00.

Gambar 1 bersama dengan para peserta dan ketua RT



Kegiatan selanjutnya yaitu melakukan sosialisasi tentang pengertian pijat bayi, manfaat pijat bayi, indikasi pijat bayi dan diakhiri dengan sesi diskusi. Kegiatan kedua dilakukan pada hari berikutnya yaitu pada tanggal 21 Agustus 2021 pada pukul 09.00, dilakukan secara daring dan dihadiri oleh 20 peserta pelatihan. Kegiatan yang dilakukan pada pengabdian masyarakat yang kedua ini adalah demonstrasi yang diberikan oleh pembicara selama 30 menit, kemudian diakhiri dengan sesi diskusi.

Gambar 2 Sosialisasi tentang Pijat Bayi



Kegiatan pelatihan dilanjutkan pada pertemuan ketiga yaitu pada tanggal 9 September 2021 dengan membentuk 5

kelompok kecil yang didampingi oleh fasilitator untuk mempraktekkan tahapan pijat bayi sesuai dengan yang sudah didemonstrasikan. Sebagian besar ibu dapat melakukan pijat bayi dengan benar setelah dipandu oleh fasilitator, dan ibu telah dibekali dengan video pijat bayi yang dapat ibu lihat apabila ibu lupa dengan tahapan yang sudah diajarkan. Tahapan follow up dilakukan kepada ibu selama 1 minggu melalui grup whatsapp mengenai pelaksanaan pijat bayi yang dilakukan oleh ibu kepada anaknya. Berdasarkan sesi diskusi yang dilakukan ada beberapa ibu yang lupa dengan tahapan pijat pada bagian punggung sehingga perlu diingatkan kembali oleh fasilitator untuk menonton video yang sudah dikirim.

Gambar 3 Demonstrasi Praktek Pijat Bayi



Kegiatan terakhir yaitu pada tanggal 14 september 2021 pukul 13.00 dilakukan secara luring di Mesjid Alfath. Kegiatan tersebut diawali dengan kegiatan evaluasi mengenai tahapan pijat bayi kemudian

dilakukan pengisian kuesioner kembali mengenai pengetahuan ibu tentang pijat bayi dengan nilai rata-rata pengetahuan setelah diberikan pelatihan pijat bayi meningkat menjadi 85,5, Begitu pula hasil keterampilan responden setelah diberikan pelatihan pijat bayi menjadi 80,13. Hal tersebut dapat disimpulkan bahwa pengabdian masyarakat yang dilakukan melalui pelatihan pijat bayi memberikan hasil yang signifikan terutama dalam hal pengetahuan peserta pelatihan.

Gambar 4 Evaluasi Praktek dan Pengetahuan Pijat Bayi



Pijat bayi adalah pemijatan yang dilakukan dengan usapan-usapan halus pada permukaan kulit bayi, dilakukan dengan menggunakan tangan yang bertujuan untuk menghasilkan efek terhadap syaraf, otot, sistem pernapasan serta sirkulasi darah dan limpha. Pijat bayi merupakan terapi sentuh tertua yang dikenal manusia yang paling populer. Pijat

bayi sudah sejak lama dilakukan oleh masyarakat di seluruh dunia. Pijat bayi dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan anak. Pemijatan bayi merupakan kegiatan yang menyenangkan yang membuat orang tua dapat berkomunikasi dengan anaknya baik secara fisik maupun emosi. Selain memijat dengan lembut dan hati-hati, dengan pijat bayi orang tua juga bisa sambil berbicara, pandangan mata dan bersenandung kepada anaknya, sehingga dapat meningkatkan kontak batin serta perasaan kasih sayang yang dapat semakin memperkuat ikatan emosi (bonding) ibu dan anak, bahkan anak sampai tumbuh dewasa (Maharani, 2009). Begitu banyak manfaat dari pijat bayi sehingga perlu diketahui dan dilaksanakan oleh orang tua yang memiliki bayi, karena orang tua mungkin mengalami masalah dalam membesarkan anak-anak seperti tidak dapat tidur nyenyak dan kesulitan makan, sehingga rentan terhadap penyakit. Orang tua yang melakukan pemijatan sendiri terhadap bayinya akan belajar memperhatikan bagaimana reaksi bayi pada saat disentuh, mengetahui apa yang disukai dan tidak disukai bayi, sehingga membuat para orang tua lebih mudah mengerti dan menjadi sabar dalam menghadapi masalah yang timbul pada bayinya. Saat orang tua

memperhatikan dan mengenali reaksi anak-anaknya dan memberikan responnya, bayi akan memberikan reaksinya kembali dan terbangunlah sebuah hubungan yang positif diantara orang tua dan bayi (Notoatmodjo, 2007).

Menurut teori yang dikemukakan oleh Wawan dan Dewi, faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan dibagi menjadi dua yaitu: 1) Faktor Internal yang meliputi pendidikan, pekerjaan, umur ; 2) Faktor Eksternal yang meliputi lingkungan dan sosial budaya. Adapun hal yang dapat dikaitkan dengan faktor tersebut bahwa di RW 14 Cibeber sebagian besar pendidikan terakhirnya adalah SMP.

Hasil pengabdian masyarakat yang dilakukan di RW 14 Cibeber ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Siti Maryati dengan Nilai rata rata pengetahuan responden sebelum diberikan pelatihan 56,25 setelah diberikan pelatihan pijat bayi meningkat menjadi 87,5. Peningkatan tersebut signifikan yang ditunjukkan dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$). Begitu pula hasil keterampilan responden sebelum diberikan pelatihan tidak bisa atau nol setelah diberikan pelatihan pijat bayi menjadi 89,13. Peningkatan tersebut signifikan dengan nilai $p=0,001$ ($p<0,05$). Penelitian lain yang dilakukan oleh Nurlaili Marwiah bahwa terdapat pengaruh pada keterampilan ibu

sebelum dan sesudah pelatihan mengenai pijat bayi. Sebelum pelatihan persentase keterampilan dalam kategori tidak terampil (97,0%), sedangkan setelah pelatihan persentase keterampilan meningkat menjadi terampil (21,2%) dan cukup terampil (48,5%). Dalam proses belajar seorang ibu memerlukan adanya motivasi dan informasi tentang pijat bayi yang berguna untuk ibu dan anggota keluarga, akan menambah atau memperoleh pengalaman baru bagi ibu dan keluarganya. Ibu harus memiliki keterampilan yang cukup tentang pijat bayi agar ibu dapat melakukan pemijatan sendiri pada bayinya (Notoatmodjo, 2009). Keterampilan seseorang dapat dikembangkan salah satunya melalui kegiatan berlatih. Marzuki (2012) mengatakan bahwa pelatihan merupakan pengajaran atau pemberian pengalaman kepada seseorang untuk mengembangkan tingkah laku (pengetahuan, skill, sikap) agar mencapai sesuatu yang diinginkan.

Kesimpulan

Peserta kegiatan pengabdian masyarakat mengenai peningkatan pelatihan keterampilan ibu sangat aktif dan antusias sehingga kegiatan pengabdian masyarakat mengenai peningkatan pelatihan keterampilan ibu dengan pijat bayi di RW 14 Kelurahan Cibeber berjalan dengan baik..

Adapun Hasil Kegiatan pengabdian masyarakat dari 20 orang di ukur untuk pengetahuan terdapat peningkatan baik dengan nilai 87,5, sedangkan untuk keterampilan mengalami peningkatan baik sebesar 89,13. Dengan adanya pelatihan keterampilan Pijat bayi ini, ibu lebih memahami , sehingga ibu-ibu dapat melakukannya dirumahnya.

Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian ini ada beberapa kendala yaitu keterbatasan bertemu dengan ibu – ibu yang menjadi responden dalam kegiatan ini di karenakan situasi pandemi yang belum berakhir. Kegiatan ini dilaukan dengan cara daring dan luring, pada saat daring kendala yang dialami adalah jaringan yang tidak selalu stabil dan masih ada ibu - ibu yang tidak memiliki alat komunikasi yang memadai. Dalam kegiatan praktek langsung tidak semua ibu – ibu dapat langsung mempratekkan ke bayi atau anaknya, sebagian besar masih menggunakan phantom yang menjadi objek pijat nya. Dalam kegiatan ini belum semua ibu – ibu yang sesuai sasaran dapat ikut berpartisipasi.

Ucapan Terima Kasih

Pengabdian masyarakat ini terlaksana atas partisipasi serta kerjasama masyarakat dan kader Rw 14 Kelurahan Cibeber dan juga di dukung oleh dana STIKes Budi Luhur Cimahi dalam kegiatan Pengabdian masyarakat

Daftar Pustaka

- Prananingrum R. Dkk (2017). Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Kader Posyandu Balita melalui Praktik Pijat Bayi Menuju Balita Sehat. *The 6 th University Research Colloquium 2017*. Universitas Muhammadiyah Magelang
- Kemenkes RI. 2016. Buku Ajar Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta : Pusat Pendidikan dan Pelatihan Tenaga Kesehatan.
- Kulkarni et al. 2010. Massage and Touch Therapy in Neonates: The Current Evicence Vol. 47. *Journal Indian Pediatrics*.
- Malikhah, Nurul, et all. (2019). *Baby Massage with Common Cold Massage Oil on Temperatur change, Pulse Rate, Frequency of Breath, Sleep Quality and Number of Streptococcus Bacteria in Toddler with Acute Respiratory Infection*". *Indian Journal of Public Health Research and Development*, 10(1),407-410
- Oktoberiani, R.R. (2010). *Pengaruh pendidikan kesehatan tentang pijat bayi terhadap praktik pijat bayi di Polindes Harapan Bunda Sukoharjo* (Karya tulis ilmiah, Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret). Program Studi DIV Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret, Jawa Tengah, Indonesia.
- Pujiati W, Budhiartati E., Utsman. 2017. Peran Kader Dalam Layanan Bina Keluarga Balita (Matahari Xi Kelurahan Bojombata Kecamatan Pemalang Kabupaten Pemalang). Universitas Negeri Semarang
- Sutarmi, Kusmini, & W, M. N. (2014). *Mom Massage, Baby Massage and Spa*. Semarang: IHCA
- Setiawati, I. (2010). *Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 0–6 bulan di Polindes Buluk Agung wilayah kerja Puskesmas Klampis Bangkalan* (Skripsi, Universitas Airlangga Surabaya). Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga, Surabaya – Jawa Timur, Indonesia