

Edukasi Pijat Bayi Kepada Ibu Dengan Balita Kelurahan Sumber, Kota Surakarta

Education Of Baby Massage To Mother With Toddler Kelurahan Sumber, Surakarta City

Indiana Radinda¹, Umi Budi Rahayu², Seliana Sinta Debi³

¹⁻²Program Profesi Fisioterapis, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Muhammadiyah Surakarta, Sukoharjo

³Puskesmas Banyuanyar, Kota Surakarta

Email: indianaradinda99@gmail.com¹, ubr155@ums.ac.id², seliana.sinta@gmail.com³

Article History:

Received: Februari 04, 2024

Accepted: Maret 06, 2024

Published: Maret 31, 2024

Keywords: *Baby Massage, Mom with Toddler, Education*

Abstract: *Baby massage is one of communication design from a person to a baby with so many benefits for the baby that receive baby massage. Sadly, the knowledge about baby massage in this community is not enough. Education about baby massage was given for a mother with 1 – 36 months old toddler that usually checking their child at RW 14 Kelurahan Sumber, Surakarta City, that aim to increase the knowledge about the definition to how to do baby massage. The education given by oral presentation and leaflet, and also a demo on how to do a baby massage. Leaflet that contains the theory given to audiences so the education can be applicated based on the instructions. Pretest and Posttest was given and contain some simple questions with “Yes/No” answers includes the knowledge of effects, contraindication, and procedure of baby massage and how of then their baby receive it. Pretest was given before the education and it results the knowledge of baby massage in mother with toddler were just about 30% and it increased after the education for 70% with similar questions after the education so it canbe conclude that publicly, especially people that usually checking their children, knows how to do baby massage.*

Abstrak

Pijat bayi merupakan salah satu bentuk komunikasi seseorang dengan bayi yang memiliki berbagai macam manfaat untuk bayi yang menerima pijatan. Sayangnya, pengetahuan akan pijat bayi ini masih tergolong cukup minim. Dilakukan edukasi terkait pijat bayi kepada ibu dengan balita berusia 1 – 36 bulan yang rutin melakukan pemeriksaan di RW 14 Kelurahan Sumber, Kota Surakarta dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu dengan balita akan definisi hingga tata cara melakukan pijat bayi. Edukasi dilakukan dengan cara penjelasan teori secara langsung serta dengan media *leaflet* dan praktik singkat tata cara melakukan pijat bayi. *Leaflet* terkait materi dibagikan kepada audiens sehingga edukasi pijat bayi dapat diterapkan sesuai dengan penjelasan yang telah diberikan. *Pretest* dan *Posttest* diberikan berupa pertanyaan singkat berjumlah empat pertanyaan dengan jawaban “Ya/Tidak” yang mencakup pengetahuan tentang manfaat, kontraindikasi, dan tata cara pijat bayi serta rutinitas bayi mendapat pijatan, dengan total waktu masing-masing tes selama sepuluh menit. *Pretest* diberikan sebelum edukasi terlaksana dengan hasil pengetahuan ibu dengan balita terkait pijat bayi yaitu sebesar 30% dan terjadi peningkatan pengetahuan akan pijat bayi pada ibu dengan balita sebesar 70% dengan jenis pertanyaan serupa yang diberikan setelah edukasi terlaksana sehingga dapat disimpulkan bahwa masyarakat, khususnya yang rutin melakukan pemeriksaan di posyandu setempat, telah mengetahui tata cara pelaksanaan pijat bayi.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Ibu dengan Balita, Edukasi

PENDAHULUAN

Klasifikasi usia menurut Kementerian Kesehatan terbagi menjadi Masa Balita (0-5 tahun), Masa Kanak-Kanak (5-11 tahun), Masa Remaja Awal (12-16 tahun), Masa Remaja Akhir (17-25 tahun), Masa Dewasa Awal (26-35 tahun), Masa Dewasa Akhir (36-45 tahun), Masa Lansia Awal (46-55 tahun), Masa Lansia Akhir (56-65 tahun), dan Masa Manula (>65 tahun) (Al Amin, 2017 dalam Hakim, 2020). Masa balita merupakan masa dimana manusia mengalami pertumbuhan dan perkembangan yang pesat, terutama dalam segi berpikir, berbicara, panca indra dan kemampuan motorik (Kartika & Rifqi, 2021). Sayangnya, pertumbuhan dan perkembangan pada balita ini dapat mengalami hambatan seperti *stunting*. Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi *stunting* anak balita di Indonesia sebesar 30,8% yang berarti nilai ini menurun jika dibandingkan dengan tahun 2013 (37,2%) dan tahun 2010 (35,6%) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018). Untuk menghindari hambatan tersebut, dapat dilakukan dengan berbagai stimulasi yang salah satunya adalah pijat bayi.

Pijat bayi dapat diartikan sebagai sentuhan komunikasi yang nyaman antara pemijat dengan bayi/balita yang menerima pijatan yang dapat dilakukan pada area wajah, dada, perut, punggung, lengan, serta tungkai yang melibatkan manipulasi jaringan lunak pada tubuh untuk meningkatkan kondisi kesehatan (Chen et al., 2021). Fungsi utama dari pijat bayi adalah untuk mempererat hubungan orang tua dengan bayi, meningkatkan konsumsi ASI, mengembangkan komunikasi, memahami kebutuhan bayi, meningkatkan kepercayaan diri ibu apabila ibu yang melakukan pijatan, serta meningkatkan berat bayi dan mempercepat perkembangan sistem neurologis bayi (Sudarmi, Sukrama, Sutirtayasa, Weta, & Irianto, 2020). Pijat bayi biasa diaplikasikan di berbagai belahan dunia, terutama di negara-negara benua Afrika dan Asia (Priyadarshi, Kumar, Balachander, Gupta, & Sankar, 2022). Karena umumnya aplikasi pijat bayi tersebut, dilakukan berbagai penelitian terkait manfaat dari pijat bayi itu sendiri. Berdasarkan penelitian yang telah dipublikasikan, pijat bayi bermanfaat untuk mempererat ikatan antara pemijat dengan bayi, meningkatkan durasi tidur bayi, serta mengurangi kejadian terbangun dari pertengahan tidur pada bayi (Kuroda et al., 2021). Selain penelitian tersebut, terdapat juga manfaat dari pijat bayi yaitu untuk mengasah kebiasaan pada bayi dan menstimulasi taktil sehingga pijat bayi juga membantu dalam perkembangan bayi secara keseluruhan (Priyadarshi et al., 2022). Pijat bayi, berdasarkan studi yang telah disebutkan, dinilai menjadi satu hal yang direkomendasikan untuk optimalisasi pertumbuhan bayi.

Sayangnya, sebagian ibu di Indonesia yang telah melahirkan tidak melakukan pijat bayi karena tidak tahu cara melakukan pijat bayi, tidak tahu manfaat dari pijat bayi itu sendiri, serta ketakutan ibu jika terdapat kesalahan dalam teknik memijat yang dapat disimpulkan bahwa pengetahuan akan pijat bayi ini masih sangat minim (Salamah & Adelia, 2021). Indonesia merupakan negara kepulauan dengan banyaknya pembagian daerah, salah satunya Kelurahan Sumber yang berada di Kecamatan Banjarsari, Kota Surakarta, Jawa Tengah, dengan penduduk yang terdaftar sebesar 18.470 jiwa per tahun 2020 serta terbagi menjadi tujuh belas rukun warga dengan nama daerahnya masing-masing seperti Sumber Krajan, Sumber Tempurejo, Sumber Tapan, Sumber Bregan, Sumber Tegalan, Sumber Jetis, Sumber Dukuhan, Sumber Jambalan, Sumber Trangkilan, dan Sumber Sorogenen (TKPKD, 2024). Kelurahan ini memiliki berbagai fasilitas umum seperti taman, sekolah, serta tempat ibadah. Sayangnya, kelurahan ini belum memiliki Pos Pelayanan Terpadu (Posyandu) tetap sehingga pengetahuan masyarakat akan kesehatan yang seharusnya mungkin didapatkan secara berkala di posyandu ini cenderung minim, salah satunya terkait pengetahuan tentang pijat bayi. Oleh karena itu, tujuan dari penyuluhan yang dilakukan adalah untuk mengedukasi ibu dengan balita akan manfaat dan tata cara pijat bayi yang efektif, terutama yang menetap di area RW 14 Kelurahan Sumber, Kota Surakarta dan rutin melakukan pemeriksaan di posyandu setempat.

METODE

Berdasarkan info yang didapatkan dari Kader Posyandu RW 14 Kelurahan Sumber Kota Surakarta, ibu dengan balita yang rutin melakukan pemeriksaan di posyandu setempat cenderung langsung pulang ke kediaman masing-masing setelah selesai pemeriksaan. Oleh karena itu, setelah berdiskusi dengan Kader Posyandu, penyuluhan memungkinkan untuk dilakukan kepada ibu dengan balita yang rutin melakukan pemeriksaan bayi di Posyandu RW 14 Kelurahan Sumber dengan pemberitahuan di hari sebelumnya. Penyuluhan dilakukan di posyandu setempat dan diikuti oleh tiga puluh ibu dengan balita. Kegiatan diawali dengan perkenalan awal pemateri sebagai salah satu mahasiswa Program Profesi Fisioterapis UMS dan pemberian *pretest* kepada ibu dengan balita seputar pengetahuan akan pijat bayi sebanyak empat pertanyaan dengan pertanyaan sebagai berikut:

- a. “Apakah Anda mengetahui manfaat dari pijat bayi?”

Pertanyaan ditujukan untuk mengetahui pengetahuan ibu dengan balita terkait manfaat dari pijat bayi seperti meningkatkan hubungan dengan bayi dan meningkatkan perkembangan bayi.

- b. “Apakah bayi Anda rutin mendapatkan pijat bayi?”

Pertanyaan ditujukan untuk mengetahui seberapa sering bayi mendapat pijatan, baik dari keluarga maupun tenaga kesehatan yang melayani pijat bayi.

- c. “Apakah Anda mengetahui kondisi yang membuat bayi tidak boleh mendapatkan pijatan?”

Pertanyaan ditujukan untuk mengetahui apakah ibu dengan balita mengetahui kontraindikasi bayi mendapat pijatan seperti pada saat bayi dalam kondisi demam atau sakit.

- d. “Apakah Anda mengetahui tata cara melakukan pijat bayi?”

Pertanyaan ditujukan untuk mengetahui pengetahuan ibu dengan balita terkait tata cara melakukan pijat bayi mulai dari wajah hingga tungkai.

Penyuluhan diberikan setelah *pretest* selesai dilakukan oleh ibu dengan bayi. Edukasi diberikan dengan penjelasan teori melalui *leaflet* yang dibagikan setelah pelaksanaan *pretest* serta praktik singkat meliputi tata cara melakukan pijat bayi pada wajah, dada, perut, punggung, lengan, serta tungkai dengan praktik sebagai berikut:

- a. Wajah

Dengan menggunakan ibu jari, buat pola tersenyum pada bagian atas dan bawah bibir.

- b. Dada

Kedua tangan pemijat berada di tengah dada bayi, dorong ke arah luar mengikuti bentuk rongga dada dan membentuk hati.

- c. Perut

1. Dengan menggunakan kedua tangan sisi luar, buat usapan memutar dengan salah satu tangan mengikuti tangan lainnya bergantian.
2. Dengan teknik *I Love U*, pemijat membentuk huruf I (tangan kanan di perut kiri bayi, diarahkan dari atas ke bawah), huruf L terbalik (dari perut kiri bayi bagian atas menuju perut kanan bayi bagian bawah), dan huruf U terbalik (dari sisi kanan perut bayi menuju ke sisi kiri perut)
3. Dengan menggunakan ujung jari, buat gerakan berjinjit dari sisi kanan perut bayi ke sisi kiri

- d. Punggung

Dengan kedua tangan di punggung bayi, gerakkan satu tangan ke arah bokong lalu satu tangan lainnya ke bahu secara bergantian.

e. Lengan

1. Angkat lengan dari bagian lengan bawah bayi dan usap ketiak bayi beberapa kali
2. Angkat lengan bayi dan lakukan gerakan seperti hendak memerah susu lalu gerakkan kedua tangan pemijat dalam gerakan yang berlawanan dari pergelangan tangan hingga bahu bayi

f. Kaki

1. Angkat tungkai bayi dan lakukan gerakan memerah susu sama seperti gerakan pada area lengan
2. Dengan posisi tungkai bayi masih terangkat, lakukan gerakan menggulung pada tungkai bayi dari lutut ke pergelangan kaki dengan kedua tangan



Gambar 1. Leaflet Edukasi



Gambar 2. Dokumentasi

Penyuluhan diakhiri dengan ajuan pertanyaan dari audiens serta *posttest* dimana pertanyaan yang diajukan sama seperti pada *pretest* untuk mengetahui apakah terdapat peningkatan pengetahuan ibu dengan bayi terkait pijat bayi. Durasi keseluruhan kegiatan terlaksana selama enam puluh menit untuk pembukaan dengan perkenalan dan *PreTest*, lima belas menit untuk pemaparan teori, lima belas menit untuk praktik pijat bayi, sepuluh menit

untuk sesi tanya jawab antara pemateri dengan audiens, serta sepuluh menit terakhir unruk *PostTest* dan penutupan kegiatan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan dilaksanakan di bulan September 2023 pada acara pemeriksaan balita yang rutin dilakukan setiap bulan. Audiens merupakan ibu dengan balita yang bekerja sebagai ibu rumah tangga dengan total sebanyak tiga puluh audiens. Ibu dengan balita yang telah selesai mendapatkan pemeriksaan untuk anaknya dikumpulkan kembali di tempat tunggu selama pelaksanaan acara posyandu setempat. Acara dimulai dengan perkenalan pemateri kepada pihak kader yang bertugas serta ibu dengan bayi usia 1 – 36 bulan, dilanjutkan pemberian tujuan pemberian edukasi, *pretest*, pemaparan edukasi, serta diakhiri *posttest*. *Pretest* dan *posttest* dilakukan dengan pemberian kuesioner singkat terkait pengetahuan ibu dengan bayi akan pijat bayi dengan jawaban "Ya/Tidak".

Tabel 1. Hasil *PreTest* dan *PostTest*

Pertanyaan	<i>PreTest</i>		<i>PostTest</i>	
	Ya	Tidak	Ya	Tidak
Saya tahu apa manfaat dari pijat bayi	40%	60%	100%	0%
Bayi saya rutin mendapatkan pijatan	40%	60%	100%	0%
Saya tahu kondisi yang membuat bayi tidak boleh mendapatkan pijat bayi	40%	60%	100%	0%
Saya tahu cara melakukan pijat bayi	0%	100%	100%	0%

Berdasarkan Tabel 1 tersebut, kuesioner berisi empat pertanyaan yang diberikan pada saat *pretest* yang dapat disimpulkan lebih dari 50% audiens masih belum mengetahui apa saja manfaat dari pijat bayi, kondisi apa saja yang membuat bayi tidak boleh mendapatkan pijatan, dan tata cara melakukan pijat bayi sehingga masih sedikit bayi yang mendapatkan pijatan, baik dari pihak keluarga maupun menyewa jasa yang berhak untuk memberikan pijat bayi. Oleh karena itu disimpulkan berdasarkan *pretest* pada Tabel 1 bahwa kebanyakan ibu dengan balita selaku audiens tidak mengetahui tentang teori pijat bayi yang menjadi dasar dilakukannya kegiatan. Terjadi peningkatan pengetahuan ibu dengan balita terkait pijat bayi setelah pemberian edukasi dan diukur dengan *posttest*. Selama pelaksanaan kegiatan, audiens cukup antusias akan materi pijat bayi karena ibu dengan balita selaku audiens tersebut tidak tahu pasti kapan dan bagaimana pemberian pijat bayi yang tepat dibuktikan dengan *feedback* yang masuk berupa pertanyaan dan permintaan untuk mempraktikkan langsung sehingga audiens tahu cara melakukan pijat bayi secara tepat.

Menurut Salamah dan Adelia (2021), pekerjaan berkaitan erat dengan status ekonomi yang mana mempengaruhi daya beli keluarga dalam memenuhi kebutuhan. Semakin tinggi pendapatan keluarga, maka akan semakin mudah untuk mendapatkan informasi tentang pijat bayi baik melalui kegiatan seminar maupun membeli buku tentang pijat bayi. Pada penelitian tersebut juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan informasi dengan perilaku pijat bayi oleh ibu. 40% audiens yang pada saat *pretest* menjawab ‘Ya’ pada pertanyaan “Apakah bayi Anda rutin mendapatkan pijat bayi?”, menyatakan bahwa bayi rutin mendapatkan pijatan dengan menyewa jasa yang mengklaim mampu memberikan pijat bayi yang informasinya didapatkan melalui teman dekat atau keluarga. Berdasarkan pernyataan tersebut, ibu dengan balita setempat masih minim mendapatkan pembinaan dari bagian pelayanan kesehatan akan pendidikan pijat bayi. (Times New Roman, size 12, Spacing: before 0 pt; after 0 pt, Line spacing: 1)

KESIMPULAN

Berdasarkan pengabdian yang telah dilaksanakan, dapat disimpulkan bahwa pada awalnya pengetahuan masyarakat akan pijat bayi masih cukup minim dan terjadi peningkatan pengetahuan akan pijat bayi pada ibu dengan balita di RW 14 Kelurahan Sumber. Peningkatan yang terjadi terkait materi yang diedukasikan yaitu tentang apa saja manfaat dari pijat bayi, kondisi yang tidak direkomendasikan untuk pemberian pijat bayi, tata cara melakukan pijat bayi, serta kemauan ibu dengan balita untuk memberikan pijatan kepada bayinya setelah mengetahui apa saja manfaat yang didapatkan jika melakukan pijat bayi.

PENGAKUAN/ACKNOWLEDGEMENTS

Ucapan terima kasih penulis ucapkan kepada Allah SWT sebagai Dzat yang membuat penyelenggaraan kegiatan ini berjalan dengan lancar. Terima kasih juga penulis haturkan kepada Dr. Umi Budi Rahayu, Ftr., M.Kes selaku Dosen Pembimbing penulis sehingga artikel ini dapat terselesaikan, Ibu Seliana Sinta Debi, A.Md.Ftr selaku *Clinical Educator* yang telah mengizinkan penulis untuk melaksanakan kegiatan dan membentuk artikel dari kegiatan tersebut, yang telah membimbing penulis dalam penyusunan materi edukasi, serta yang telah banyak membantu penulis mulai dari penentuan komunitas untuk pemberian edukasi hingga selesainya kegiatan. Juga ucapan terima kasih kepada seluruh Kader RW 14 Kelurahan Sumber, Kota Surakarta yang telah mendukung penuh terlaksananya kegiatan sehingga diharapkan kegiatan edukasi yang terlaksana dapat bermanfaat bagi seluruh pihak terlibat.

DAFTAR REFERENSI

- Chen, S.-C., Yu, J., Yuen, S. C.-S., Lan, J. C.-S., Suen, L. K.-P., & Yeung, W.-F. (2021). Massage Therapy in Infants and Children Under 5 Years of Age: Protocol for An Overview of Systematic Reviews. *Systematic Reviews*, *10*(127), 1–9. <https://doi.org/https://doi.org/10.1186/s13643-021-01681-x>
- Hakim, L. N. (2020). Urgensi Revisi Undang-Undang tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. *Aspirasi : Jurnal Masalah-Masalah Sosial*, *11*(1), 43–55. <https://doi.org/10.22212/aspirasi.11i1.1589>
- Kartika, D. A. R., & Rifqi, M. A. (2021). Hubungan Penggunaan Posyandu dengan Status Gizi pada Balita Usia 1-5 Tahun di Indonesia: Literatur Review. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah Stikes Kendal*, *11*(4), 689–698. <https://doi.org/https://doi.org/10.32583/pskm.v11i4.1747>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Laporan Nasional RISKESDAS*.
- Kuroda, M., Suetsugu, Y., Iwata, S., Kinoshita, M., Fujita, F., Sato, Y., Saitoh, S., Iwata, O., & Morokuma, S. (2021). Influence of Mothers' Nighttime Responses on The Sleep-Wake Rythm of 1-Month-Old Infants. *Scientific Report*, *11*(1). <https://doi.org/https://doi.org/10.1038/s41598-021-03717-7>
- Priyadarshi, M., Kumar, V., Balachander, B., Gupta, S., & Sankar, M. J. (2022). Effect of Whole-Body Massage on Growth and Neurodevelopment in Term Healthy Newborns: A Systematic Review. *Journal of Global Health*, *12*. <https://doi.org/doi:10.7189/jogh.12.12005>
- Salamah, U., & Adelia. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Pengetahuan Ibu Terhadap Pijat Bayi. *Midwifery Journal*, *1*(3), 115–120.
- Sudarmi, Sukrama, I. D. M., Sutirtayasa, I. W. P., Weta, I. W., & Irianto. (2020). Influence of Baby Massage Stimulation on The Improvement of Nutritional Status, IGF-1, and Cortisol Level on Undernourished Infant. *Bali Medical Journal*, *9*(1), 36–40. <https://doi.org/10.15562/bmj.v9i11688>
- TKPKD. (2024). Luas Lahan. Retrieved February 1, 2024, from <https://e-sik.surakarta.go.id/dlmangka/pbdt/indikator/3372050012/70/luas-lahan>