

Jurnal Pengabdian Masyarakat Putri Hijau	Vol. 1 No. 2	Edition: Januari 2021 – Maret 2021
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPMPh	
Received: 29 Maret 2021	Revised: -----	Accepted: 31 Maret 2021

PENYULUHAN VIRTUAL TENTANG MANFAAT PIJAT BAYI TERHADAP TUMBUH KEMBANG KEPADA IBU YANG MEMILIKI BAYI USIA 6 BULAN -1 TAHUN

Virtual counseling on the benefits of baby massage for growth and development for mothers who have babies aged 6 months -1 years

Putri Ayu Yessy Ariescha,¹Peny Ariani,²Mutiara Dwi Yanti³, Andayani Boang Manalu⁴
Tetty Junita Purba⁵ GF.Gustina Siregar⁶

¹Prodi Ilmu Kebidanan, Fakultas Kebidanan, Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua
E-mail : yezikatwin@gmail.com, penyariani@gmail.com, MutiaraDwi0392@gmail.com,
yboangmanalu@gmail.com, tettyjunita88@gmail.com, gfgustinas@gmail.com

Abstract

Touch therapy or massage is a complex form of therapy which involves physical and emotional touch. Massage can be applied to all ages, including babies. Baby massage is a form of stimulation in the form of touch aimed at the baby's growth and development. Baby massage can increase the quality and quantity of baby sleep so that it stimulates the hormone endorphins to reduce pain and will make the baby calm, ultimately reducing the frequency of baby crying. The problem that occurs is that many mothers do not understand what the benefits of baby massage are and how to do it. An alternative solution to the problem that can be done is by providing counseling which is done virtually during the Covid-19 pandemic. The service was carried out for mothers who have babies aged 6 months-1 year in the work area of the Biru-Biru Puskesmas as many as 32 people. The community service implementation team provided counseling virtually for 2 days with prepared materials, after which measure the mother's knowledge before and after counseling. The results showed that the counseling went well, and there was an increase in the mother's knowledge about the benefits of baby massage for baby growth and development, and mothers were able to massage their babies to their respective babies.

Keywords: *Baby massage, mother, knowledge*

Abstrak

Terapi sentuhan (touchtherapy) atau pijat (massage) merupakan salah satu bentuk terapi yang kompleks dimana melibatkan sentuhan fisik dengan emosional. Pijat dapat diaplikasikan pada semua kalangan usia, termasuk bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi berupa sentuhan yang ditujukan bagi tumbuh kembang sang bayi. Pijat bayi dapat meningkatkan kulit dan kuantitas tidur bayi sehingga merangsang hormone endorfin untuk menurunkan nyeri dan akan membuat bayi menjadi tenang akhirnya mengurangi frekuensi menangis bayi. Permasalahan yang terjadi adalah banyak ibu yang belum memahami tentang apa manfaat pijat bayi dan bagaimana melakukannya. Alternatif pemecahan masalah yang dapat dilakukan yaitu dengan memberikan penyuluhan yang dilakukan secara virtual dimasa pandemi covid-19. Pengabdian dilakukan pada ibu yang memiliki bayi usia 6 bulan-1 tahun di wilayah kerja puskesmas Biru-Biru sebanyak 32 orang. Tim pelaksana pengabdian memberikan penyuluhan secara virtual selama 2 hari dengan susunan materi yang telah dipersiapkan, setelah itu mengukur pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan. Hasil menunjukkan bahwa penyuluhan berjalan lancar, dan terdapat peningkatan pengetahuan ibu tentang manfaat pijat bayi bagi tumbuh kembang bayi, serta ibu mampu melakukan pijat bayi kepada bayinya masing-masing.

Kata Kunci : *Pijat Bayi, Ibu, Pengetahuan*

1. PENDAHULUAN

Masa bayi adalah masa keemasan yang sekaligus masa kritis perkembangan seseorang. Dikatakan masa kritis karena pada masa bayi ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan dikatakan keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali (Dapartemen Kesehatan, 2017)

Salah satu faktor yang mempengaruhi tumbuh kembang bayi adalah tidur dan istirahat. Kebutuhan tidur tidak hanya dilihat dari aspek kuantitas saja namun juga kualitasnya (Angestu E & Ika Oktaviani Y, 2019). Dengan kualitas tidur yang baik pertumbuhan dan perkembangan bayi dapat di capai secara optimal. Mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk terhadap perkembangannya (Rohmawati F, 2018).

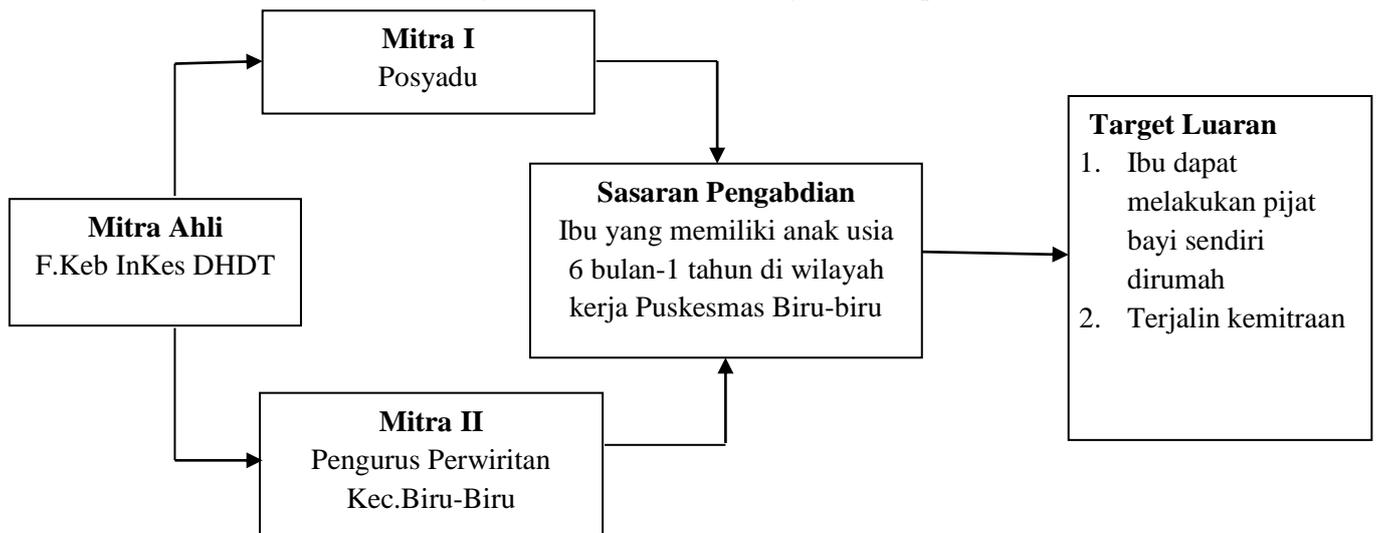
Terapi sentuhan (*touchtherapy*) atau pijat (*massage*) merupakan salah satu bentuk terapi yang kompleks dimana melibatkan sentuhan fisik dengan emosional. Pijat dapat diaplikasikan pada semua kalangan usia, termasuk bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk stimulasi berupa sentuhan yang ditujukan bagi tumbuh kembang sang bayi (Setiawan A, 2015). Menurut Prasetiyono (2018), Pijat bayi dapat meningkatkan kualitas dan kuantitas tidur bayi sehingga merangsang hormone endorphin untuk menurunkan nyeri dan akan membuat bayi menjadi tenang akhirnya mengurangi frekuensi menangis bayi. Efektifitas pijat bayi memberikan mamfaat pada perkembangan motorik sangat baik pada usia 8-28 hari dibandingkan dengan anak yang tidak diberikan stimulasi pijat bayi (Rizki, 2017)

Permasalahan pelaksanaan pijat bayi bermula dengan semakin merebaknya wabah covid-19, membuat banyak bidan yang membatasi pelayanan yang diberikan untuk bayi, sehingga upaya yang dapat dilakukan oleh tenaga kesehatan (Bidan), yaitu dengan memberikan *Health Educatin* pada ibu agar ibu lebih memahami dan mengetahui tentang manfaat pijat bayi dan dapat mendorong keinginan ibu untuk melakukan pemijatan pada bayinya dan bayi lebih sering mendapatkan sentuhan dari orang tua sehingga bayi lebih nyaman.

2. METODE

Untuk memecahkan masalah yang sudah diidentifikasi dan dirumuskan tersebut di atas ,agar pendampingan dapat berjalan dengan lancar maka sebagai alternatif pemecahan masalah adalah sebagai berikut: pendampingan dilakukan dengan pendekatan individual dan klasikal. Pendekatan klasikal dilakukan pada saat pemberian teori tentang manfaat pijat bayi terhadap tumbuh kembang bayi dan pendekatan individual dilakukan pada saat pengisian kuesioner pengetahuan sebelum dan sesudah melalui google form.

Gambar 1. Bagan Model Kemitraan Pengabdian Kepada Masyarakat



3. HASIL

a. Mitra

Mitra pengabdian masyarakat merupakan ibu yang memiliki anak usia 6 bulan-1 tahun yang berada di wilayah kerja Puskesmas biru- biru yang berjumlah 32 orang. Ibu mengikuti kegiatan penyuluhan pijat bayi secara virtual melalui aplikasi zoom di rumah. Pelaksanaan kegiatan dilakukan selama 2 hari dengan susunan materi yang telah disusun oleh pelaksana kegiatan.

b. TIM Pelaksana

Pelaksanaan pengabdian dilakukan oleh ketua tim dan 5 anggota penelitian serta melibatkan 2 mahasiswa. Ketua, anggota dan mahasiswa masing – masing memiliki tugas dan tanggung jawab.

c. Kegiatan

Adapun langkah-langkah kegiatan yang dilakukan adalah pendampingan secara intensif dengan tahapan sebagai berikut:

1. Ceramah tentang Konsep Pijat Bayi
2. Ceramah tentang Manfaat Pijat Bayi
3. Ceramah tentang Pelaksanaan Pijat Bayi
4. Latihan pengisian kuesioner pengetahuan
5. Evaluasi hasil pengetahuan sebelum dan sesudah penyuluhan

d. Evaluasi

Penyuluhan berjalan dengan lancar. ibu dapat memahami tentang defenisi pijat bayi, manfaat pijat bayi terhadap tumbuh kembang, dan melakukan pijat bayi kepada anak secara langsung. Ibu begitu antusias mengikuti penyuluhan.

e. Dokumentasi



Gambar 1 : Pemberian Materi



Gambar 2 : Peserta Penyuluhan

4. KESIMPULAN

Pentingnya dilakukan kegiatan penyuluhan tentang pijat bayi Sehingga ibu yang memiliki bayi dapat memahami apa manfaat pijat bayi bagi tumbuh kembang bayi serta mampu melakukan pijat bayi secara mandiri dirumah, untuk bayinya masing-masing.

DAFTAR PUSTAKA

- Aco Tan, "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1–4 Bulan," *Glob. Heal. Sci.*, vol. 3 No. 1, 2018.
- Angestu Erlawati, Ika Oktaviani Y. Hubungan Pijat Bayi Dengan Lama Waktu Tidur Pada Bayi. *J Kesehatan Metro Sai Wawai*. 2019;10(1):1620. Available from: Google scholar
- Irmawati. 2015. *Bayi dan Balita Sehat*. PT. Elexmedia Komputindo. Jakarta
- Kementerian Kesehatan RI. 2018. *Profil Kesehatan Anak*. Jakarta
- Kholifah N, 2018. *Makalah: Analisis Data Penelitian Dalam Statistik*. Perbankan Syariah.
- Nugraheni RI, Ambarwati R, Marni. *Upaya Peningkatan Kualitas Tidur Bayi Usia 3-12 Bulan Dengan Terapi Pijat Akademi Keperawatan Giri Satria*
- Husada Wonogiri. *Instrumen peneliti*. 2018;7(1):19–23.
- Permata A. 2017. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Lama Tidur Malam Pada Bayi 3-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Al Rasyid (JKA)*. Vol.X. No.2, September 2017.

- Puri Mahayu. 2016. Buku lengkap perawatan bayi dan balita. Yogyakarta: saufa.
- Putri Dewi A (2015), Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi Usia 0-3 Bulan Di RB Suko Asih Sukoharjo. Poltekkes Bhakti Mulia
- Prasetyono. 2015, Teknik-Teknik Tepat Memijat Bayi Sendiri. YOGYAKARTA: Penerbit Diva Press.
- Profil Kesehatan Kota Medan (2016). Medan: Dinas Kesehatan Kota Medan
- Rahayu dkk. 2016. Pengaruh Pijat Terhadap Kualitas Tidur Bayi Umur 0-6 Bulan Di Klinik Bidan Praktik Mandiri (BPM) "U" Banjarbaru.
- Rika Andriyani. 2015. Pengaruh health education tentang pijat bayi usia 3-6 bulan terhadap sikap ibu. Girimargo Sragen.
- Riksani R. 2018. cara mudah dan aman pijat bayi. Jakarta Timur, Dunia Sehat
- Rizki, L. (2017) 'Efektivitas Pijat Bayi Pada Perkembangan Motorik pada Bayi Usia 8-28 hari', *Maternal and Neonatal Health Journal*, 1(2), pp. 76–80.
- Rohmawati Fauziah (2018), Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur Umur 0-6 Bulan Di Puskesmas Kartasura.
- Sembiring, J. B. 201. (2017) Asuhan Neonatus, Bayi, Balita, Anak Pra Sekolah. Yogyakarta.
- Setiawan A. 2015. Pemberian terapi pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi pada asuhan keperawatan an. N dengan infeksi saluran pernapasan akut di ruang Melati RSUD Karanganyar. Surakarta.
- Sugiyono, 2015. Metode Penelitian Manajemen. Bandung: Alfabeta
- Syaukani, A. (2015) Petunjuk Praktis Pijat Seban & Yoga Sehat Untuk Bayi. I. Edited by Adhon MK. Yogyakarta: Araska.
- Tim Sdki (2017) *_Data Sdki_*. Jakarta: Badan Pusat Statistik, P. 31.
- Warsini, W. and Nugraini, D. (2016). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Lama Tidur Bayi Di Desa Duwet Kecamatan Wonosari Kabupaten Klaten', *Jurnal Ilmu Kesehatan Kosala*, 4(1). WHO (2017). France.