

PIJAT BAYI TERAPI KOMPLEMENTER UNTUK OPTIMALKAN TUMBUH KEMBANG ANAK

Dessy Abdullah¹⁾, Ade Teti Vani²⁾, Mutiara Anissa³⁾, Nadia Purnama Dewi⁴⁾, Anita Darmayanti⁵⁾

^{1,2,3,4,5}Fakultas Kedokteran, Universitas Baiturrahmah, Sumatera Barat
email: dessyabdullah@fk.unbrah.ac.id

Submit : 15/08/2022 | Accept : 16/09/2022 | Publish: 30/09/2022

Abstract

The development of a child is very important for parents. Every parent wants their child to grow up well and be a strong and good quality child. One of the efforts that parents can do from an early age is to stimulate with the baby massage method. Massage therapy is one of the complementary therapies that can stimulate tactile-kinesthetic stimulation. Massage therapy given since infancy can increase the stimulation of receptors on the skin, affect brain cells, increase interaction between mother and child, and increase body weight so that children's growth becomes optimal. This community service activity aims to increase community knowledge at the Sinar Gunung VI Posyandu, about baby massage and how to do it, so that babies can grow and develop properly. The method used is lecturing and practicing as well as distributing leaflets on how to do a baby massage that will optimize the growth and develop optimally of children. This activity was attended by 18 mothers who have babies. The results of this activity were increased knowledge and skills of mothers who came to Posyandu Sinar Gunung VI who had babies. The conclusion is that there is an increase in the knowledge and skills of mothers who have infants and higher confidence in practicing complementary therapy for infant massage therapy with mentoring and coaching to optimize the growth and develop optimally of infants.

Keywords: *Baby Massage, Complementary Therapy, Growth and Develop Optimally*

Abstrak

Tumbuh kembang seorang anak adalah hal yang sangat penting bagi orang tua. Setiap orang tua pasti menginginkan anaknya tumbuh dengan baik dan menjani anak yang tangguh dan berkualitas baik. Salah satu usaha yang dapat dilakukan orang tua sejak dini adalah melakukan stimulasi dengan metode pijat bayi. Terapi pijat adalah salah satu terapi komplementer yang dapat merangsang stimulasi taktil kinestetik. Terapi pijat yang diberikan sejak bayi dapat meningkatkan ransangan terhadap reseptor pada kulit, mempengaruhi sel-sel otak, meningkatkan interaksi antara ibu dan anak, meningkatkan berat badan sehingga pertumbuhan anak menjadi optimal. Kegiatan pengabdian masyarakat ini bertujuan dapat meningkatkan pengetahuan masyarakat di Posyandu Sinar Gunung VI, tentang pijat bayi dan cara melakukannya, agar bayi dapat tumbuh dan berkembang dengan baik. Metode yang digunakan adalah ceramah dan melakukan praktek sekaligus membagikan leaflet bagaimana langkah- langkah melakukan pijat bayi yang akan mengoptimalkan tumbuh kembang anak. Kegiatan ini diikuti oleh 18 ibu – ibu yang memiliki bayi. Hasil dari kegiatan ini diperoleh peningkatan pengetahuan dan keterampilan pada ibu – ibu yang datang ke Posyandu Sinar Gunung VI yang memiliki bayi. Kesimpulan diperoleh peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu – ibu yang memiliki bayi dan kepercayaan lebih tinggi dalam mempraktekkan terapi komplementer terapi pijat bayi ini dengan pendampingan dan pembinaan sehingga lebih mengoptimalkan tumbuh kembang bayi.

Kata Kunci: Pijat Bayi, Terapi Komplementer, Tumbuh Kembang

PENDAHULUAN

Anak usia dini adalah masa pertumbuhan dan perkembangan yang intens yaitu sampai usia 12 bulan (Dewi, 2018). (Akbar and Thamrin, 2022). Periode ini dikenal sebagai zaman keemasan. Pada saat yang sama, periode ini sangat singkat sehingga merupakan tahap perkembangan yang penting. Termasuk dalam 1000 hari pertama kehidupan (Kemenkes, 2017). Bayi merupakan komoditas berharga bagi pertumbuhan ekonomi nasional dan pembangunan berkelanjutan karena bayi mewakili harapan hidup keluarga dan bangsa (Ritcher et al. 2016).

Menurut World Health Organization (WHO), peningkatan masalah pertumbuhan dan perkembangan anak yang terkait dengan pertumbuhan dan perkembangan anak biasanya dimulai dengan kelahiran bayi cukup bulan, tetapi dapat menyebabkan kekurangan gizi, keterlambatan sosial dan motorik. perubahan yang menyertai pertumbuhan dan perkembangan anak Anda. WHO (2020) juga melaporkan prevalensi tertinggi di kawasan Asia Tenggara/Tenggara (SEAR). Indonesia merupakan salah satu negara dengan prevalensi tertinggi sebesar 28,7% dan ketiga dalam hal kecacatan pertumbuhan dan perkembangan bayi (Nasrah, Swastika and Kismiyati, 2018).

Pertumbuhan bayi merupakan masalah yang perlu ditangani dengan seksama karena dapat mempengaruhi hidup atau tahap selanjutnya. Perubahan berat badan pada bayi baru lahir merupakan indikator yang sangat sensitif untuk memantau perkembangan dan kesehatan anak, ketika terjadi masalah perlu segera dicarikan solusi agar anak tidak mengalami keterlambatan tumbuh kembang.

Bayi dengan gangguan pertumbuhan fisik lebih rentan mengalami gangguan metabolisme di kemudian hari. Beberapa

penelitian menunjukkan bahwa bayi dengan gangguan pertumbuhan lebih rentan terhadap penyakit tidak menular, penyakit menular, dan keterlambatan perkembangan dibandingkan bayi yang sehat (Heidari-Beni, 2019).

Faktor yang mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan antara lain faktor internal dan eksternal. Salah satu faktor eksternal adalah faktor stimulus (Soetjningsih, 2017).

Stimulasi merupakan pendekatan yang tepat merangsang otak bayi sehingga perkembangan motorik, bicara, bahasa, sosialisasi dan kemandirian bayi optimal untuk usia anak (Puskesmas Sedayu, 2017).

Pijat bayi terbukti dapat meningkatkan motorik kasar dan halus pada bayi usia 3-24 bulan, serupa dengan penelitian Suharto, Suriani, Arpandjam'an yang menunjukkan Ada 20 sampel, sampel diperoleh pada usia 6-18 tahun. bulan dengan tipe 9 laki-laki (45%) dan 11 perempuan (55%), dapat disimpulkan dari hasil penelitian bahwa kemampuan mengontrol lengan, kemampuan mengontrol lengan, kontrol tubuh, kontrol tubuh. untuk pengendalian kaki dan koordinasi jari, maka pijat bayi berpengaruh terhadap peningkatan motorik kasar dan halus bayi (Indriani, Karo and Kaban, 2019) (Soeharto, 2018).

Pijat adalah metode komplementer yang semakin populer karena mudah dipelajari, murah, sederhana untuk dilakukan, dan dapat dilakukan di rumah. Dalam budaya yang berbeda di seluruh dunia, pijat bayi dan balita telah menjadi bagian dari perawatan yang sudah ada sejak ratusan tahun lalu dan merupakan teknik terapi tertua di dunia. Sebagai komponen pengembangan perawatan suportif. Pijat juga dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan dengan efek yang jelas bahkan pada bayi prematur dan bayi berat lahir rendah. (Balushi, Nursing and 2017, 2019)

Pijat bayi juga bermanfaat untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi antara 4 dan 6 bulan, serta penelitian Nasrah, Ketut Swastia dan Kismiyati menunjukkan bahwa pijat memiliki efek positif pada pertumbuhan dan perkembangan. Hal ini menunjukkan bahwa ada pengaruh antara pijat dan perkembangan bayi. Pijat bayi secara teratur dengan gerakan kaki, perut, dada, tangan, punggung dan peregangan dapat meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi (Nasrah, Swastika and Kismiyati, 2018).

Beberapa penelitian membuktikan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi secara signifikan dibandingkan dengan kelompok kontrol. (Astriana and Suryani, 2017) menunjukkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan berat badan. Penelitian yang sama yang dilakukan oleh (Latif, 2017) pada bayi dan Marni (2019) pada bayi juga menunjukkan hasil yang signifikan dalam hal penambahan berat badan bayi. Dalam penelitian lain, Devi, R (2012), ibu yang memijat bayinya secara mandiri dengan pendekatan holistik lebih bermakna dalam memijat bayinya dibandingkan ibu yang hanya menerima leaflet, Artinya pengetahuan ibu harus disaring terlebih dahulu agar dapat dapat menerima pelatihan pijat bayi. Biarkan peserta melakukan pijatan untuk bayi dengan benar. Pentingnya merangsang tumbuh kembang anak dengan pijat bayi oleh karena itu sangat menarik perhatian tim pengabdian memberikan pelatihan pijat bayi.

METODE KEGIATAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan di Posyandu Sinar Gunung VI, Padang . Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat (PKM) terbagi dalam beberapa tahap sebagai berikut:

1. Tahap persiapan
 - a. Penyusunan proposal
 - b. Pengajuan surat ijin pelaksanaan
 - c. Koordinasi dengan Pimpinan Posyandu Sinar Gunung VI
 - d. Menyusun materi
 - e. Final check persiapan pelaksanaan pengabdian
2. Tahap pelaksanaan

Metode yang digunakan dalam kegiatan ini berupa diskusi tentang pemahaman pijat bayi serta demonstrasi cara menstimulasi perkembangan dengan melakukan pijat bayi. Peserta pada kegiatan ini adalah ibuibu yang mempunyai bayi dan anak di wilayah kerja Posyandu Sinar Gunung VI. Kegiatan ini dilaksanakan pada hari Rabu, 15 Juni 2022 pukul 09.00 WIB di Posyandu Sinar Gunung VI, Padang dengan jumlah sasaran peserta yaitu 18 orang ibu.

3. Tahap akhir
 - a) Evaluasi pelaksanaan kegiatan pengabdian
 - b) Rencana tindak lanjut kegiatan
 - c) Menyusun laporan pengabdian.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1) Tahap Persiapan

Pada tahap persiapan dilakukan dengan survei wilayah dimana tim PKM memutuskan untuk melaksanakan PKM di posyandu sinar gunung VI. Pada kegiatan PKM, dosen melibatkan mahasiswa S1 Kedokteran 2 orang yang akan membantu dalam temu konsultasi mitra, identifikasi masalah dan perumusan masalah dalam kegiatan serta penyusunan schedule kegiatan. Mahasiswa dalam tahap persiapan membantu untuk identifikasi masalah pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Persiapan petugas yaitu pembagian tugas dan tanggung jawab dosen yaitu sebagai pemateri dan instruktur pijat bayi dan mahasiswa yang terlibat dalam PKM yaitu sebagai

pendamping, dokumentasi dan membantu pelatihan Persiapan materi dan media yang akan digunakan dalam kegiatan PKM yaitu Laptop, Leaflet, powerpoint.

2) Tahap Pelaksanaan

Kegiatan PKM dilaksanakan dalam bentuk pelatihan dan pendidikan kesehatan pada ibu agar dapat memberdayakan diri dalam pertumbuhan, perkembangan dan psikologi antara ibu dan bayi dengan metode ceramah dan tanya jawab serta pelaksanaan stimulasi dan latihan pijat bayi. Peserta PKM terdiri dari 18 orang ibu beserta bayinya dengan umur sampai 12 bulan. Pelaksanaan kegiatan PKM dilakukan pada hari Rabu, 15 Juni 2022 di Posyandu Sinar Gunung VI. Pelaksanaan penyuluhan disampaikan oleh 1 orang pemateri tentang tentang pijat bayi dimulai dengan memberikan pengetahuan tentang apa itu pijat bayi, tujuan dan manfaat pijat bayi, serta hal-hal yang perlu diperhatikan dan dipersiapkan selama pijat bayi, pijat bayi akan sangat membantu jika dilakukan secara benar dan teknis. Penyampaian dokumen stimulasi tumbuh kembang dengan pijat bayi disebabkan sebagian besar pasien posyandu Sinar Gunung VI tidak memiliki pengetahuan yang cukup tentang pijat bayi. Sementara itu, saat demonstrasi teknis, pijat bayi, peserta memperhatikan dengan seksama, dan beberapa peserta membawa bayi mereka dengan bantuan langsung mendemonstrasikan teknik pijat pada bayi mereka.

Pada saat melakukan pijat bayi, orang tua sangat antusias dan bersemangat karena metode tersebut dapat diterapkan langsung pada bayi. Di akhir sesi, beberapa ibu mengajukan pertanyaan, melaporkan bahwa hambatan yang mereka rasakan dalam melakukan teknik-teknik tertentu disebabkan oleh ketidakmampuan ibu untuk melakukannya sendiri dan berharap kegiatan tersebut dapat dilakukan dengan rutin .

3) Tahap akhir

Setelah penyuluhan dilakukan untuk memberikan pengetahuan dasar tentang pijat bayi, peserta akan diberikan latihan atau instruksi tentang cara memijat bayi. Hasil dari penyuluhan dan demonstrasi tersebut, beberapa ibu yang mengikuti PKM memahami dasar-dasar pijat bayi dan dapat mempraktekkan pijat bayi kembali, diakhir pertemuan ibu-ibu tersebut mendapatkan leaflet untuk digunakan sebagai panduan saat memijat bayinya di rumah. Dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pemahaman peserta pengabdian masyarakat, menunjukkan adanya pengaruh kegiatan ini terhadap pengetahuan ibu, sehingga diharapkan tumbuh kembang anak menjadi lebih baik.



Gambar 1. Panitia Kegiatan



Gambar 2. Peserta Kegiatan

SIMPULAN

Pengabdian kepada masyarakat ini merupakan upaya untuk merangsang tumbuh kembang bayi melalui pijat bayi. Praktisi sangat terlibat dan mampu memahami bagaimana merangsang perkembangan bayi dan anak-anak. Hal ini terlihat dari hasil penilaian dengan mengajukan beberapa pertanyaan kepada

peserta dan semua pertanyaan dapat dijawab dengan benar dan ketika peserta diminta untuk membuktikan kembali peserta dapat membuktikan dengan benar. Saran bagi orang tua agar dapat memberikan stimulasi yang konstan dari bayi untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal dengan melakukan pijat bayi di rumah. Perkembangannya bisa dideteksi sejak dini.

UCAPAN TERIMAKASIH

Tim pengabdian kepada masyarakat mengucapkan terima kasih kepada pimpinan Posyandu Sinar Gunung VI dan Tim yang telah memberikan ijin untuk melakukan pengabdian terhadap ibu-ibu yang datang ke posyandu.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbar, N. and Thamrin, H. (2022). Pelatihan Pijat Bayi Sebagai Bentuk Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi Balita Bagi Kader Posyandu Desa Tellumpoccoe Maros. *Martabe: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5 (4), 1372-1376.
- Astriana and Suryani, I. L. (2017). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Di Bps Masnoni Teluk Betung Utara Kota Bandar Lampung. *The Journal of Holistic Healthcare*, 11(2), pp. 72–76.
- Balushi, S. Al, Nursing, V. H.-I. J. of and 2017, undefined. (2019). Effect of Neonatal Massage on Weight Gain and Physical Responses Among Preterm Babies in Selected Hospital in Fujairah', *Researchgate.Net*, 5(3), pp. 20–33. Available at: https://www.researchgate.net/profile/Victoria-Hanson-5/publication/343650414_effect_of_neonatal_massage_on_weight_gain_and_physical_responses_among_pret

[erm_babies_in_selected_hospital_in_fujairah_united_arab_emirate/links/5f363a55299bf13404c1c794/EFPEC-T-O.](https://www.researchgate.net/publication/343650414_effect_of_neonatal_massage_on_weight_gain_and_physical_responses_among_pret)

- Heidari-Beni, M. (2019). Early Life Nutrition and Non Communicable Disease. *Advances in Experimental Medicine and Biology*, 1121, pp. 33–40. doi: 10.1007/978-3-030-10616-4_4.
- Indriani, E., Karo, B, & Kaban, F. O. (2019). Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi Melalui Edukasi, Terapi Pijat Bayi (Baby Massage) dan Senam Bayi (Baby Gym) Di Klinik Bersalin Kota Medan Dan Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, 4(1), 33-37.