

EDUKASI STIMULASI TUMBUH KEMBANG MELALUI PIJAT BAYI DI POSYANDU SERUNAI KELURAHAN PIAI TANGAH KECAMATAN PAUH KOTA PADANG

Hamidatul Yuni^{*)}, Melisa Yenti, Novrida Yanti, dan Nadia Putri Amara
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas

^{*)}Email Koresponden: hamidatulyuni@ph.unand.ac.id

ABSTRAK

Sebagian daerah di Kota Padang, masih sering kita mendengar orang tua yang memiliki anak balita membawa anak ke dukun bayi untuk dipijat dengan beragam alasan. Selain itu ibu bayi belum memiliki keterampilan mandiri dalam melakukan pemijatan pada bayi. Pijat bayi merupakan rangsangan dengan sentuhan yang memiliki efek fisiologi dalam tubuh. Pijat bayi juga dapat menyebabkan interaksi bayi dengan ibu lebih positif, bayi menjadi lebih tenang dan pola tidurnya lebih teratur. Posyandu serunai merupakan salah satu posyandu yang belum pernah mendapatkan edukasi tentang pijat bayi. Tujuan pengabdian ini untuk memperkenalkan pijat bayi yang benar pada ibu yang memiliki bayi di Posyandu Serunai, sehingga diharapkan ibu dapat menerapkan pijat bayi yang baik dan benar di rumah untuk stimulasi tumbuh kembang bayi. Metode yang digunakan dalam kegiatan ini adalah penyuluhan dan demonstrasi pemijatan bayi. Sebelum kegiatan dimulai dilakukan survei awal, kemudian pelaksanaan kegiatan dilakukan penyuluhan, dan demonstrasi cara pijat bayi yang benar. Terakhir dilakukan monitoring evaluasi dilihat dari frekuensi pelaksanaan pijat bayi mandiri oleh ibu di rumah masing-masing selama satu bulan pasca demonstrasi dengan menggunakan lembar checklist. Hasil kegiatan ini dari 11 orang ibu bayi, 100% ibu melakukan pijat bayi mandiri di rumah, dan 36,4% Ibu rutin melakukan pijat bayi mandiri selama satu bulan, 28,5% bayi mengalami kenaikan berat badan 0,3-0,5 kg. Harapan kedepannya Puskesmas menjadwalkan penyuluhan pijat bayi di semua posyandu bayi dan balita.

Kata kunci : *pijat bayi, stimulasi, tumbuh kembang*

Education Stimulation of Growth through Baby Massage at Posyandu Serunai in Piai Tangah Village, Pauh District, Padang City

ABSTRACT

In some areas in Padang City, we still often hear parents who have toddlers taking their children to a traditional birth attendant for a massage for various reasons. In addition, the baby's mother does not yet have independent skills in doing massage to babies. Baby massage is a tactile stimulation that has physiological effects in the body. Baby massage can also cause the baby's interaction with the mother to be more positive, the baby to be calmer and his sleep patterns to be more regular. Serunai Posyandu is one of the posyandu that has never received education about baby massage. The purpose of this service is to introduce proper baby massage to mothers who have babies at the Posyandu Serunai, so it is hoped that mothers can apply good and correct baby massage at home to stimulate baby growth and development. The method used in this activity is counseling and demonstration of baby massage. Before the activity begins, an initial survey is carried out, then the implementation of the activity is carried out with counseling, and demonstration of the correct way of baby massage. Finally, monitoring evaluation is carried out, seen from the frequency of implementation of independent baby massage by mothers at their respective homes for one month after the demonstration using a checklist sheet. The results of this activity were from 11 mothers of babies, 100% of mothers did independent baby massage at home, and 36.4% of mothers routinely did independent baby massage for one month, 28.5% of infants experienced weight gain of 0.3-0.5 kg. It is hoped that in the future the Puskesmas will schedule baby massage counseling at all posyandu for infants and toddlers.

Keywords: *baby massage, stimulation of growth and development*

PENDAHULUAN

Stunting atau balita pendek merupakan masalah gizi di dunia saat ini. sebanyak 22,2% atau sekitar 150,8 juta jiwa di dunia mengalami stunting pada tahun 2017. Rata-rata prevalensi balita stunting menurut WHO tahun 2005-2017 di Indonesia adalah 36,4%. Stunting merupakan salah satu target *Sustainable Development Goals* (SDGs) yang termasuk pada tujuan pembangunan berkelanjutan yaitu menghilangkan permasalahan malnutrisi tahun 2030, dengan target menurunkan hingga 40% angka stunting tahun 2025. Diantara upaya yang dilakukan untuk menurunkan prevalensi stunting dengan pendekatan keluarga adalah menyelenggarakan stimulasi dini perkembangan anak, Pijat bayi adalah salah satu cara untuk meningkatkan stimulasi tumbuh kembang anak. (Kemenkes RI, 2018)

Melakukan stimulasi dapat dilakukan sejak dini atau pada masa bayi yang merupakan masa emas pertumbuhan anak hingga usia dua tahun. Pijat bayi merupakan rangsangan melalui sentuhan yang memiliki efek fisiologis dan biokimia pada tubuh. Pemijatan dapat menyebabkan interaksi bayi dengan ibu lebih positif, dan bayi menjadi lebih tenang serta membuat pola tidur lebih teratur. Terapi pemijatan bayi juga dapat mengurangi kegelisahan dan hormon stress pada bayi. Pemijatan juga dapat menstimulasi *nervus vagus* yang akan memproduksi enzim gastrin dan insulin sehingga penyerapan saluran cerna lebih baik, lambung lebih cepat kosong sehingga bayi sering lapar dan menambah intensitas menyusunya, hingga akhirnya berdampak pada peningkatan berat badan bayi. (Lestari *et al.*, 2012)

Banyak penelitian yang mengemukakan bahwa pijat bayi mempengaruhi berat badan bayi, dimana diketahui adanya pengaruh pijat bayi dengan kenaikan berat badan bayi (Aryani, Hamidah and Hesti Diana, 2017; Rokayah and Nurlatifah, 2018; Fitriyanti, Arsyad and Sumiaty, 2019). Pijat bayi merupakan salah satu kebudayaan tradisional yang paling tua di Indonesia bahkan di dunia. Hampir seluruh daerah di Indonesia mempunyai kebiasaan memijatkan bayinya sejak lahir hingga masa kanak-kanak kepada dukun bayi. Salah satu target pembangunan adalah menciptakan sumber daya manusia yang optimal. Pertumbuhan yang optimal dimulai sejak 1000 hari pertama kehidupan (HPK) termasuk pada masa bayi. Untuk mencapai tumbuh kembang yang optimal bayi membutuhkan stimulasi, asih, asah dan asuh dari lingkungannya. (Lestari *et al.*, 2012)

Pemantauan tumbuh kembang pada bayi dilakukan pada saat bayi baru lahir hingga usia 6 tahun. Stimulasi deteksi intervensi dini tumbuh kembang (SDIDTK) bayi merupakan diantara alat untuk pemantauan tumbuh kembang bayi. Kegiatan deteksi dini juga bisa dilakukan di posyandu yang bertujuan untuk memantau dan deteksi dini pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita. Pijat bayi tidak menjadi bagian layanan yang termasuk pada pelayanan posyandu, namun begitu posyandu bisa menjadi sarana untuk menyampaikan informasi kesehatan ibu dan anak termasuk pijat bayi.

Posyandu memiliki tujuan menunjang percepatan angka kematian bayi di Indonesia melalui upaya pemberdayaan masyarakat. Bayi menjadi salah satu sasaran posyandu, dan posyandu memiliki manfaat memberikan kemudahan informasi dan pelayanan kesehatan terutama berkaitan dengan upaya penurunan angka kematian bayi (AKB) (Kemenkes RI, 2016). Posyandu Serunai merupakan salah satu posyandu di Kelurahan Piai Tengah Kota Padang. Belum ada data yang menunjukkan bentuk kegiatan pijat bayi pada Kelurahan Piai Tengah Kota Padang. Ibu yang memiliki bayi di Posyandu Serunai belum pernah mendapatkan edukasi tentang Pijat Bayi. Berdasarkan

hal tersebut perlu adanya kegiatan yang mendorong upaya stimulasi tumbuh kembang melalui pijat bayi seperti edukasi di Posyandu Serunai Kelurahan Piai Tengah Kecamatan Pauh Padang.

Tujuan kegiatan ini untuk melakukan edukasi dan demonstrasi sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan memotivasi ibu untuk melakukan pijat bayi kepada Ibu bayi yang datang berkunjung ke posyandu serunai.

METODOLOGI

Metode yang digunakan pada kegiatan edukasi stimulasi ini adalah penyuluhan dan demonstrasi. Penyuluhan dilakukan kepada ibu-ibu yang memiliki bayi di posyandu serunai. Penyuluhan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan pijat bayi dan juga memotivasi ibu-ibu yang memiliki bayi untuk melakukan pijat mandiri di rumah masing-masing. Selain menambah pengetahuan dan minat ibu, juga dibekali keterampilan dalam melakukan pemijatan bayi yang benar dengan cara melakukan demonstrasi pemijatan bayi dari instruktur yang terlatih.

Kegiatan ini dilaksanakan di Posyandu Serunai Kelurahan Piai Tengah Kecamatan Pauh Kota Padang pada bulan Juni hingga Juli tahun 2021. Sasaran kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita di Posyandu Serunai yakni 11 orang ibu bayi.

Tahapan kegiatan kegiatan tentang pijat bayi di posyandu serunai adalah :

1. Tahap Pra Pelaksanaan
 - a) Menentukan lokasi pengabdian masyarakat, lokasi yang dipilih adalah posyandu yang memiliki bayi dengan masalah gizi. Posyandu Serunai dipilih menjadi tempat pengabdian karena diketahui belum pernah ada penyuluhan maupun demonstrasi pijat bayi dilakukan pada posyandu tersebut dan juga ada kasus anak yang memiliki masalah gizi di wilayah kerja posyandu serunai.
 - b) Pengurusan izin dan administrasi adalah hal penting yang harus dilakukan sebelum pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
2. Tahap Pelaksanaan
 - a) Melakukan penyuluhan tentang pijat bayi kepada ibu-ibu yang memiliki bayi serta kader posyandu dilanjutkan dengan tanya jawab ibu bayi kepada narasumber yakni tim dosen pengabdian.
 - b) Melakukan demonstrasi praktik pijat bayi yang benar oleh praktisi pijat bayi yang telah memiliki izin praktik. Ibu-ibu bayi melakukan pijat bayi diminta untuk melakukan pijat bayi pada saat praktisi mendemonstrasikan pijat bayi. Menyampaikan kalimat-kalimat positif untuk memotivasi ibu agar melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah masing-masing.
3. Tahap Monitoring dan Evaluasi

Tahap akhir berupa monitoring evaluasi yang dilakukan dengan cara memantau pelaksanaan pijat bayi mandiri di rumah oleh ibu melalui lembar ceklist selama satu bulan yang dimulai pada tanggal 1 Juli sampai tanggal 31 Juli 2021. Pada lembar ceklist ini dipantau apakah ibu melakukan pijat bayi secara rutin di rumah, minimal satu kali sehari. Kemudian ditanyakan berat badan bayi sebelum

dilakukan pijat bayi dan juga berat badan pada saat terakhir pijat bayi dilakukan secara mandiri di rumah.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kelurahan Piai Tengah merupakan salah satu kelurahan yang berada di wilayah Kecamatan Pauh Kota Padang. Fasilitas kesehatan di Kelurahan Piai Tengah ada diantaranya 1 Puskesmas Pembantu dan 10 Posyandu, diantaranya posyandu serunai. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan dengan memberikan materi tentang pengertian, tujuan dan manfaat, waktu pemijatan, dan hal-hal yang tidak dianjurkan pada saat pijat bayi yang disampaikan oleh narasumber. Kegiatan ini dilaksanakan pada tanggal 29 Juni 2021. Setelah selesai penyuluhan ibu-ibu mengajukan pertanyaan dengan sangat antusias.



Gambar 1. Penyuluhan Pijat bayi di Posyandu Serunai

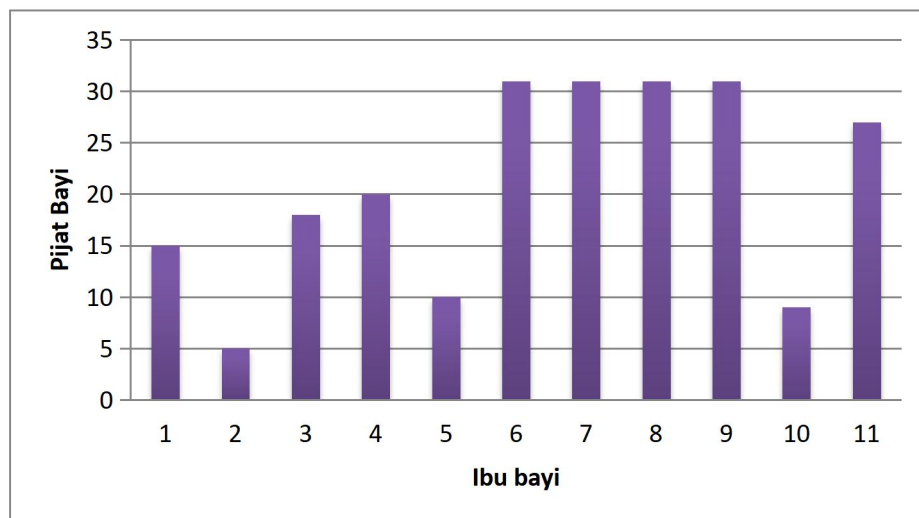
Selain penyuluhan, guna meningkatkan percaya diri ibu-ibu untuk melakukan pijat bayi kemudian dilanjutkan dengan demonstrasi oleh praktisi pijat bayi bagaimana proses dan teknis pijat bayi yang benar sesuai dengan ilmu kesehatan. Demonstrasi dilakukan oleh praktisi pijat bayi yang memiliki izin praktik dari dinas kesehatan.

Pijat bayi dimulai dengan meletakkan bayi terlentang dengan memijat arah dada anak, kemudian bahu, pinggang, perut, kepala dan leher serta sentuhan relaksasi berupa goyang-goyangan ringan, tepukan-tepukan halus dan melambung-lambungkan secara lembut. Pada saat memijat bayi perlu mengajak bayi berkomunikasi untuk menambah kedekatan ibu dan bayi. Pada saat melakukan demonstrasi, juga disampaikan untuk selalu berkomunikasi dengan bayinya.



Gambar 2. Demonstrasi Pijat Bayi

Tahap akhir kegiatan dilakukan evaluasi kegiatan melalui pemantauan pelaksanaan pijat bayi selama satu bulan (1-31 juli 2021) melalui lembar ceklist dengan melihat frekuensi pelaksanaan pijat bayi secara mandiri, kemudian melihat berat badan sebelum dilakukan pijat bayi dan sesudah dilakukan pijat bayi.



Gambar 3. Frekuensi Pijat Bayi Secara Mandiri Oleh Ibu bayi

Sebanyak 100% ibu melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah, namun memiliki frekuensi yang beragam pada masing-masing bayi seperti terlihat pada gambar di atas. Kurang dari separuh ibu (36,4%) melakukan pijat bayi mandiri secara rutin di rumah pada 1 bulan pemantauan dan 28,5% bayi yang dipijat mengalami kenaikan berat badan 0,3 sampai 0,5 kg.

Ibu-ibu bersama bayinya yang didampingi kader posyandu serunai terlihat antusias terhadap kegiatan penyuluhan dan demonstrasi ini. Hal ini juga terlihat dari pertanyaan yang ditanyakan oleh ibu-ibu. Kegiatan ini diharapkan dapat menumbuhkan keinginan dan minat ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita di Kelurahan Piai Tangah

untuk melakukan pijat bayi mandiri secara rutin di rumah, sehingga memberikan dampak positif pada peningkatan berat badan bayi.

Beberapa hasil penelitian juga menyatakan pijat bayi diketahui sangat efektif dalam meningkatkan berat badan bayi (Rokayah and Nurlatifah, 2018; Bangun and Renny Sinaga, 2021; Dewi, Ramadhini and Aswan, 2021). Penyuluhan yang diberikan kepada ibu bayi juga dapat menambah pengetahuan (Azrimaidaliza, 2020; Meliati, 2020; Yuni *et al.*, 2020) dan menumbuhkan kesadaran manfaat pijat bayi.

Pijat bayi bukan merupakan hal yang sulit untuk dipelajari. Melalui pendidikan kesehatan dapat mempengaruhi perilaku dan kemampuan psikomotor ibu melakukan pijat bayi. Metode pendidikan kesehatan dengan demonstrasi juga diketahui meningkatkan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi (Barelli *et al.*, 2018; Yanuarini, Yani and Farida, 2020; Pangesti *et al.*, 2021).

Melakukan pijat bayi secara rutin bisa meningkatkan berat badan bayi yang optimal juga berdampak pada pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pendidikan kesehatan melalui metode demonstrasi dan ceramah berdampak positif terhadap pengetahuan dan keterampilan ibu bayi. Kegiatan ini bisa membantu mengatasi masalah gizi pada bayi sehingga dapat menjadi salah satu upaya untuk menekan angka kejadian stunting.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan penyuluhan dan demonstrasi pijat bayi telah dilaksanakan pada bulan Juni dan Juli 2021 yang dihadiri oleh 11 orang ibu-ibu yang memiliki bayi. Ibu-ibu yang membawa bayi ke posyandu Serunai, semuanya melakukan pijat bayi secara mandiri di rumahnya masing-masing selama satu bulan. Evaluasi kegiatan pengabdian didapatkan peningkatan berat badan pada bayi yang dilakukan pemijatan mandiri di rumah oleh ibu mereka. Kedepan hendaknya pijat bayi menjadi program yang dijadwalkan secara rutin oleh puskesmas dan posyandu bayi dan balita.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih diucapkan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah membiayai kegiatan ini, Puskesmas Pauh dan kader posyandu Serunai sehingga dapat terlaksananya kegiatan ini dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani, Y., Hamidah and Hesti Diana. 2017. Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan pada bayi usia 1-2 bulan di wilayah kerja Puskesmas Duri Kota Kecamatan Mandau Tahun 2017', *Jurnal ibu dan anak*, 5(2), pp. 135–144.
- Azrimaidaliza, Khairany. Y., and Rahmi Putri. 2020. Edukasi ibu hamil dan balita dalam upaya pencegahan stunting di wilayah kerja puskesmas Pauh Kota Padang, *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*, 3(4), pp. 332–341.

- Bangun, P., dan R.Sinaga. 2021. Efektifitas pemijatan pada bayi terhadap peningkatan berat badan bayi usia 3- 5 bulan di wilayah kerja puskesmas Tapian Dolok Kabupaten Simalungun', *Jurnal Kesehatan Masyarakat dan Lingkungan Hidup*, 6 (1), pp. 71–77.
- Melinda, P., Santi E., and Damayanti, demonstrasi, booklet dan video terhadap perilaku ibu melakukan pijat bE.A.F. 2018. Metode ayi', *Nerspedia*, 1(1), pp. 47–52.
- Dewi, S. S. S., Ramadhini, D. and Aswan, Y. 2021 Efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi di ruang perinatologi RSUD Inanta Kota Padangsidempuan, *Jurnal Akademika Baiturrahim Jambi*, 10(1), p. 170. doi: 10.36565/jab.v10i1.296.
- Fitriyanti, Y. E., Arsyad, G. and Sumiaty, S. 2019. Pengaruh Pijat Bayi terhadap Peningkatan Berat Badan, *Jurnal Bidan Cerdas (JBC)*, 2(2), pp. 100–107. doi: 10.33860/jbc.v2i2.199.
- Kemenkes RI. 2011. 'Pedoman Umum Pengelolaan Posyandu. Katalog dalam terbitan Kementerian Kesehatan RI, Jakarta.
- Kemenkes RI. 2018. Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan, Kementerian Kesehatan RI. Jakarta.
- Lestari, A. F. et al. 2012 Budaya pijat bayi aman (*safe baby massage*) berbasis keluarga dalam upaya peningkatan kesehatan bayi di Sleman-Yogyakarta. *Universitas Gajah Mada*, Yogyakarta.
- Meliati, L. 2020 Edukasi ibu hamil dan praktik bayi dalam upaya penanggulangan stunting', *JMM (Jurnal Masyarakat Mandiri)*, 4(6), pp. 1323–1333.
- Pangesti, C. B. et al. 2021 Pengaruh pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi terhadap motivasi ibu dalam memijat bayi secara mandiri di PMB Elisabeth Banyuwangi Surakarta, *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 12(1), pp. 34–42.
- Rokayah, Y. and Nurlatifah, L. 2018 Efektifitas pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan pada bayi usia 5-6 Bulan di Desa Rangkasbitung Barat Tahun 2017', *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 5(2), pp. 156–167. doi: 10.36743/medikes.v5i2.56.
- Yanuarini, A., Yani, E. R. and Farida, A. Y. 2020. Pengaruh pendidikan kesehatan pijat bayi terhadap kemampuan psikomotor ibu melakukan pijat bayi 1-3 bulan the influence of baby massage health education on mothers psychomotor ability to perform infant massage 1-3 months Poltekkes Kemenkes Malang, Prodi, *Jurnal Wiyata*, 7(1), pp. 62–68.

Yuni, H. *et al.* 2020. Optimalisasi usaha kesehatan sekolah melalui perilaku hidup bersih dan sehat di SDN 10 Timpeh', *Buletin Ilmiah Nagari Membangun*. 3(2), pp. 97–106.