

Penyuluhan Pijat Bayi (*Baby Massage*) pada Ibu di Desa Padangsambian Kaja Kota Denpasar Provinsi Bali

Ni Nyoman Ayuk Widiani¹, Made Pradnyawati Chania^{1*}

¹Politeknik Kesehatan Kartini Bali

*Corresponding Author

Email: pradnyawatichania@gmail.com

Alamat:

Politeknik Kesehatan Kartini Bali,
Jalan Piranha No. 2, Seseetan,
Denpasar Selatan, Pedungan,
Denpasar Selatan, Kota Denpasar,
Bali 80223

History Artikel

Received: 22/11/2022

Accepted: 26/07/2023

Published: 01/08/2023

Abstrak.

Baby massage bermanfaat diantaranya penambahan berat badan, pola tidur-bangun yang lebih baik, peningkatan perkembangan neuromotor, perlekatan ikatan emosional yang lebih baik dan mengurangi tingkat infeksi nosokomial, dengan demikian *baby massage* dapat mengurangi angka kematian pada bayi maupun bayi prematur yang dilahirkan. Desa Padangsambian Kaja mempunyai masyarakat yang heterogen, baik dari kondisi masyarakat, pengetahuan, sosial dan ekonomi yang memunculkan berbagai permasalahan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan beberapa masalah yang dihadapi mitra yaitu: kurangnya partisipasi ibu bayi dalam melakukan kelas bayi, khususnya pijat bayi, dan kurangnya pengetahuan ibu bayi tentang pijat bayi dan manfaat pijat bayi. Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan pijat bayi kepada ibu bayi di Desa Padangsambian Kaja diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Peserta berjumlah 24 orang ibu bayi. Kegiatan yang dilakukan antara lain: (a) Sosialisasi: Melakukan sosialisasi kegiatan Pengabdian Masyarakat kepada ibu bayi di Desa Padangsambian Kaja; dan (b) Pertemuan: Memberikan penyuluhan pijat bayi kepada ibu bayi di Desa Padangsambian Kaja. Semua peserta penyuluhan antusias mendengarkan dengan baik materi yang disampaikan. Kegiatan ini mendapat sambutan yang sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta bertanya lebih lanjut mengenai materi yang diberikan. Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya bidan lebih mensosialisasikan terkait *baby massage* kepada ibu bayi, dan melakukan pelatihan atau kelas rutin terkait *baby massage*. Bagi ibu atau orang tua diharapkan ibu lebih aktif dalam mencari informasi terkait *baby massage* dan melakukan *baby massage* secara rutin kepada bayinya.

Kata Kunci: Penyuluhan, Pijat Bayi, Desa Padangsambian Kaja

Abstract

Baby massage has benefits including weight gain, better sleep-wake patterns, increased neuromotor development, better attachment of emotional bonds and reduced rates of nosocomial infections, thus *baby massage* can reduce mortality in infants and premature babies born. Padangsambian Kaja Village has a

heterogeneous community, both in terms of community, knowledge, social and economic conditions which give rise to various problems. Based on the results of the preliminary study, it was found that several problems were faced by partners, namely: the lack of participation of baby mothers in conducting baby classes, especially baby massage, and the lack of knowledge of baby mothers about baby massage and the benefits of baby massage. The activities carried out included: (a) Socialization: Conducting socialization on Community Service activities to mothers of babies in Padangsembian Kaja Village; and (b) Meeting: Providing baby massage counseling to baby mothers in Padangsembian Kaja Village. Community service activities in the form of baby massage counseling for baby mothers in Padangsembian Kaja Village were carried out well and ran smoothly in accordance with the activity plans that had been prepared. Participants totaled 24 mothers of babies. All participants enthusiastically listened to the material presented. This activity received a very good response as seen by the activeness of the participants asking further about the material provided. It is hoped that health workers, especially midwives will socialize more about baby massage to baby mothers, and conduct routine training or classes related to baby massage. For mothers or parents, it is hoped that mothers will be more active in finding information related to baby massage and doing baby massage regularly for their babies.

Keyword: Community Service, Baby massage, Padangsembian Kaja Village

Pendahuluan

Tidur nyenyak sangat penting bagi pertumbuhan bayi, karena saat tidur pertumbuhan otak bayi mencapai puncaknya. Selain itu pada saat tidur tubuh bayi memproduksi hormon pertumbuhan tiga kali lebih banyak dibandingkan ketika bayi terbangun. Hormon berpengaruh dalam menaikkan berat badan (Roesli, 2013). Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO, 2013) yang dimuat dalam jurnal *Pediatrics*, tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur (Abdurrahman, 2015). Banyak bayi memiliki masalah tidur di Indonesia, yaitu sekitar 44,2%. Namun, hampir atau bahkan lebih dari 72% orang tua tidak menganggap gangguan tidur pada bayi sebagai masalah. Meskipun itu dianggap masalah, mereka

hanya menganggapnya sebagai masalah kecil. Bahkan, masalah tidur dapat mengganggu pertumbuhan bayi, menyebabkan fungsi kekebalan tubuh rentan, dan mengganggu regulasi sistem endokrin (Trivedi, 2015).

Baby massage bermanfaat untuk kesehatan bayi dimana massage berguna tidak hanya untuk bayi sehat, tapi juga bagi bayi sakit, bahkan, bagi anak sampai orang dewasa. Aspek psikologis dimana massage setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Saat bayi merasa nyaman, maka hormon yang dilepaskan adalah hormon oksitosin dan endorfin. Aspek tumbuh kembang dimana pertumbuhan berkaitan dengan perubahan dalam besar, jumlah, ukuran, dimensi tingkat sel, organ

maupun individu. Termasuk aspek sosial atau emosional akibat pengaruh lingkungan, meliputi sensorik, motorik, komunikasi, kognitif, sosial, emosi, kemandirian, dan spiritual.

Baby massage bermanfaat diantaranya penambahan berat badan, pola tidur-bangun yang lebih baik, peningkatan perkembangan neuromotor, perlekatan ikatan emosional yang lebih baik dan mengurangi tingkat infeksi nosokomial, dengan demikian *baby massage* dapat mengurangi angka kematian pada bayi prematur yang dilahirkan (Anjani et al., 2016). *Baby massage* memberikan stimulus dalam perkembangan motorik karena gerakan meremas pada *baby massage* dapat berguna untuk memperkuat otot-otot bayi (Prasetyo, 2017). *Baby massage* dapat memiliki efek motorik positif, termasuk kemampuan untuk mengontrol koordinasi jari, lengan, tubuh, dan kaki. Bayi yang di massage selama kurang lebih 15 menit akan merasa lebih rileks, tidur lebih lelap, perkembangan dan pertumbuhannya juga semakin baik (Sari, 2017).

Secara geografis, Desa Padangsambian Kaja terletak di wilayah Kecamatan Denpasar Barat, Kota Denpasar, Provinsi Bali. Sebagai suatu desa yang berada di pinggiran perkotaan Kota Denpasar, bentang alam Desa Padangsambian Kaja sebagian besar merupakan areal pemukiman warga, namun pada beberapa wilayah masih terdapat area budidaya, seperti sawah (Subak Pagutan dan Subak Srogsogan), tegalan, kebun, kawasan usaha dan pergudangan dan sebagainya. Luas wilayah Desa Padangsambian Kaja adalah 409 Hektar. Lokasi koordinat pada 115.1899 BT/ - 8.652808 LS. Terbagi menjadi sembilan wilayah kerja teknis kewilayahan yang disebut dengan Dusun, yaitu: Dusun Umaklungkung, Dusun Tegallinggah, Dusun Batukandik, Dusun Robokan, Dusun Batuparas, Dusun Pagutan, Dusun Dukuh Sari, Dusun Leping, dan Dusun Tegehsari.

Desa Padangsambian Kaja juga merupakan salah satu desa di Kota Denpasar yang berbatasan langsung dengan Kabupaten Badung, sehingga beberapa batas-batas wilayah Desa

Padangsambian Kaja juga merupakan batas wilayah Kota Denpasar dengan Kabupaten Badung. Dengan profil wilayah seperti tersebut, Desa Padangsambian Kaja memiliki banyak potensi positif yang dapat dikembangkan maupun tantangan potensi negatif yang harus diatasi.

Desa Padangsambian Kaja mempunyai masyarakat yang heterogen, baik dari kondisi masyarakat, pengetahuan, sosial dan ekonomi yang memunculkan berbagai permasalahan. Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan beberapa masalah yang dihadapi mitra yaitu:

1. Kurangnya partisipasi ibu bayi dalam melakukan kelas bayi, khususnya pijat bayi
2. Kurangnya pengetahuan ibu bayi tentang pijat bayi dan manfaat pijat bayi.

Metode

Upaya untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu bayi dalam melaksanakan pijat bayi yang bermanfaat untuk meningkatkan perkembangan dan kualitas tidur bayi. Salah satu strategi untuk mencapai tujuan tersebut adalah dengan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu bayi terkait pijat bayi.

Kegiatan yang dilakukan antara lain: (a) Sosialisasi: Melakukan sosialisasi kegiatan PKM kepada ibu bayi di Desa Padangsambian Kaja melalui kader; dan (b) Pertemuan: Memberikan penyuluhan pijat bayi kepada ibu bayi di Desa Padangsambian Kaja menggunakan media leaflet dan poster.

Kegiatan penyuluhan melibatkan kerja sama bidan desa di Desa Padangsambian Kaja, dan juga dengan kader posyandu. Penyampaian materi penyuluhan dilakukan bersamaan dengan kegiatan Posyandu di Dusun Leping Desa Padangsambian Kaja.

Hasil dan Pembahasan

Pengabdian dilakukan di Balai Desa Dusun Leping, Desa Padangsambian Kaja, Denpasar, Bali pada hari Senin, tanggal 25 Juli 2022. Kegiatan yang dilakukan antara lain memberikan penyuluhan tentang pijat bayi dan manfaat pijat bayi dengan sarana

poster, serta memberikan leaflet gerakan pijat bayi kepada ibu yang memiliki bayi.

Materi penyuluhan dilakukan secara personal pada ibu bayi (Gambar 1). Materi berisi penjelasan mengenai definisi pijat bayi, manfaat pijat bayi, cara dan tahapan pijat bayi, waktu yang tepat untuk melakukan pijat bayi, dan kontraindikasi pemberian pijat bayi.

Jumlah peserta penyuluhan yang hadir adalah 24 ibu bayi. Dari kegiatan yang sudah berlangsung, tampak bahwa sebagian ibu bayi sudah mengetahui manfaat pijat bayi, dan sebagian belum mengetahui. Sebagian besar ibu melakukan pijat bayi secara mandiri dengan melihat video komersil, dan dari semua ibu belum pernah membawa bayinya ke bidan untuk dilakukan pijat bayi.



Gambar 1. Pemberian materi penyuluhan secara personal kepada ibu bayi.

Kegiatan penyuluhan juga disertai dengan sesi tanya jawab, masing-masing peserta mengajukan berbagai pertanyaan secara antusias (Gambar 2). Pertanyaan yang diajukan adalah seputar masalah kesehatan pada bayi yang dapat dicegah atau diobati dengan pijat bayi, pertanyaan lainnya yaitu seputar apakah aman untuk melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah. Pertanyaan lain adalah apakah terdapat perbedaan antara pijat bayi tradisional di dukun bayi dengan pijat bayi dengan tenaga kesehatan.



Gambar 2. Penjelasan materi dan sesi tanya jawab dengan peserta penyuluhan

Kegiatan penyuluhan juga dihadiri oleh bidan desa dan kader posyandu (Gambar 3).



Gambar 3. Foto Bersama panitia pengabdian masyarakat dengan bidan desa dan kader posyandu.

Hasil penelitian Widiani (2021) didapatkan bahwa ada pengaruh yang signifikan pemberian *baby massage* terhadap perkembangan bayi usia 3-6 bulan. Pada penelitian Widiani (2022) didapatkan pula bahwa ada perbedaan yang signifikan pada kualitas tidur bayi yang diberikan *baby massage* dengan bayi yang tidak diberikan *baby massage*. Maka dari itu penyuluhan pijat bayi dirasa penting dilakukan karena kegiatan pijat bayi dapat memberikan pengaruh positif pada kualitas kesehatan dan tumbuh kembang bayi.

Penelitian Mauliddina (2011) yang berjudul Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi terhadap Pengetahuan dan Sikap dalam Perilaku Ibu Melaksanakan Pijat Bayi,

menyatakan bahwa terdapat perbedaan bermakna pada pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penyuluhan pijat bayi. Terdapat pula perbedaan yang bermakna pada sikap ibu sebelum diberikan penyuluhan dan sesudah diberikan penyuluhan pijat bayi.

Penelitian Andaruni (2018) yang berjudul Pengaruh Penyuluhan Teknik Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Pijat Bayi Pada Ibu Di Kelurahan Tanjung Karang juga membuktikan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan pada pengetahuan dan keterampilan ibu sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan pijat bayi.

Kesimpulan

Kegiatan pengabdian masyarakat berupa penyuluhan pijat bayi kepada ibu bayi di Desa Padangsambian Kaja diselenggarakan dengan baik dan berjalan dengan lancar sesuai dengan rencana kegiatan yang telah disusun. Semua peserta penyuluhan antusias mendengarkan dengan baik materi yang disampaikan. Kegiatan ini mendapat sambutan yang sangat baik terbukti dengan keaktifan peserta bertanya lebih lanjut mengenai materi yang diberikan. Diharapkan tenaga kesehatan, khususnya bidan lebih mensosialisasikan terkait *baby massage* kepada ibu bayi, dan melakukan pelatihan atau kelas rutin terkait *baby massage*. Bagi ibu atau orang tua diharapkan ibu lebih aktif dalam mencari informasi terkait *baby massage* dan melakukan *baby massage* secara rutin kepada bayinya, sehingga dapat memperoleh dampak baiknya terhadap Kesehatan bayi.

Daftar Pustaka

Abdurrahman, S. M. (2015). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di Desa Tabumela Kecamatan Tilango Kabupaten Gorontalo. *Skripsi*, 1(841411037).

Andaruni, N. Q. R. (2018). Pengaruh Penyuluhan Teknik Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Pijat Bayi Pada Ibu Di Kelurahan Tanjung Karang Tahun

2015. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM. Mataram*, 3(1), 54. <https://doi.org/10.31764/mj.v3i1.127>

Anjani, G. R., Wahyuni, T., & Ernawati, R. (2016). *Hubungan Usia dan Pendidikan Ibu Post Partum dengan Bounding Attachment di Ruang Mawar Rumah Sakit Umum Daerah Abdul Wahab Sjahrane Samarinda Tahun 2016*.

Mauliddina, A. (2011). Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Dalam Perilaku Ibu Melaksanakan Pijat Bayi Di Wilayah Puskesmas Mlati I Sleman. *Pengaruh Penyuluhan Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Dalam Perilaku Ibu Melaksanakan Pijat Bayi Di Wilayah Puskesmas Mlati I Sleman*, 8.

Prasetyo, D. S. (2017). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Yogyakarta. *Buku Biru*.

Roesli, U. (2013). *Pedoman Pijat Bayi* (Edisi Revi). Trubus Agriwidaya.

Sari, D. M. (2017). *Pengaruh Baby massage Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di BPM Ny. Farochoh SST, Kecamatan Jombang, Kabupaten Jombang*.

Trivedi, D. (2015). Cochrane Review Summary: Massage for promoting mental and physical health in typically developing infants under the age of six months. *Primary Health Care Research & Development*, 16(1), 3–4.

WHO. (2013). Health Topic: Infant, Newborn. *Geneva: WHO*.

Widiani, N. N. A., & Chania, M. P. (2022). Efektivitas *Baby massage* Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas II Sukawati Tahun 2021. *An-Nadaa: Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 9(1), 29–33.

Widiani, N. N. A., Pratiwi, N. P. A., & Mariani, N. K. D. (2021). Pengaruh *Baby massage* Terhadap Pertumbuhan dan Perkembangan Bayi Usia 3-6 Bulan di Wilayah Kerja Puskesmas II Sukawati Tahun 2021. *Jurnal Bahana Kesehatan Masyarakat (Bahana of Journal Public Health) Vol*, 5(2).