

## **Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Bayi Mandiri di Posyandu Singosari Banyuwangi Surakarta**

Christiani Bumi Pangesti<sup>1</sup>, Erlyn Hapsari<sup>2</sup>, Martina Ekacahyaningtyas<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Universitas Kusuma Husada Surakarta  
<sup>1</sup>christianibumi@ukh.ac.id

### **ABSTRAK**

Bayi membutuhkan asupan gizi dan stimulasi terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangannya pada saat usia 0-12 bulan. Orang tua sangat berperan dalam memberikan stimulasi dan rangsangan yang baik untuk meningkatkan perkembangan potensi anak secara maksimal, salah satu bentuk stimulasi yang dapat diberikan kepada bayi berupa sentuhan taktik atau pijat bayi. Dalam perkembangannya, pijat bayi banyak dikaitkan dengan sentuhan antara orang tua dan anak, karena mampu menimbulkan jalinan kasih sayang antara orang tua dan bayi, mengurangi tingkat kecemasan, meningkatkan kemampuan fisik serta rasa percaya diri. Pendidikan kesehatan sangat penting untuk meningkatkan pengetahuan, sehingga ketika seseorang mempunyai pengetahuan akan lebih mudah untuk melakukan tujuan yang diharapkan. Setelah dilakukan upaya peningkatan pengetahuan diharapkan ibu bayi dapat meningkatkan pengetahuan dan ketrampilannya dalam melakukan pijat bayi. Metode pelaksanaan dengan ceramah, demonstrasi, praktik dan diskusi. Media yang digunakan yaitu phantom bayi dan minyak pijat. Pelaksanaan penyuluhan dilaksanakan pada Bulan Maret 2020 sampai dengan Agustus 2020. Hasil pelaksanaan pembinaan dan penyuluhan selama 2 tahap kegiatan yang diikuti oleh 17 ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 0-12 bulan, telah mendapatkan respon yang baik. Ibu-ibu menjadi lebih mengetahui tentang pijat bayi secara mandiri. Hal ini dapat diketahui dari hasil evaluasi dengan melakukan wawancara kepada peserta di Posyandu Singosari menunjukkan hasil sekitar 80% ibu –ibu sudah mengetahui tentang pijat bayi dan dapat mempraktikkan pemijatan pada bayi secara mandiri.

**Kata Kunci** :Pengetahuan, Keterampilan, Pijat Bayi

### **ABSTRACT**

*Babies aged 0-12 months require the best nutritional intake and stimulation for their growth and development. Parents present a significant role in providing good stimulants to enhance a maximum child's potential. One of the baby stimulants is touch tactics or baby massage. In its development, baby massage is generally associated with touch between parents and children. It creates a relationship of affection between parents and babies, reduces anxiety levels, improves physical abilities and self-confidence. Health education is necessary to improve knowledge so that knowledgeable people efficiently conduct the expected goals. Mothers were able to develop their knowledge and skills in practicing baby massage after acquiring knowledge. The method of implementation used lectures, demonstrations, practices, and discussions. The media utilized baby phantom and massage oil. The counseling was implemented from March-August 2020. Coaching and counseling during 2 stages of activities attended by 17 mothers with babies aged 0-12 months have received a good response. Mothers acknowledge more about independent baby massage. The evaluation results were identified by conducting interviews with Posyandu Singosari participants, which showed that around 80% of mothers recognized baby massage and could practice the baby massage independently.*

**Keywords:** Knowledge, Skills, Baby Massage.

### **1. PENDAHULUAN**

Bayi membutuhkan asupan gizi dan stimulasi terbaik untuk pertumbuhan dan perkembangannya pada saat usia 0-12 bulan. Orang tua sangat berperan dalam memberikan stimulasi dan rangsangan yang baik untuk meningkatkan perkembangan potensi anak secara

maksimal, salah satu bentuk stimulasi yang dapat diberikan kepada bayi berupa sentuhan taktik atau pijat bayi (Adriana, 2013) (Widyawati, 2018). Pijat bayi merupakan seni tradisional yang menggabungkan sentuhan pengasuhan pada bayi yang dilakukan oleh orang tua, pengasuh, atau terapis melalui gerakan-gerakan dan teknik massage. Pijat bayi dapat memberikan manfaat yang luar biasa bagi seorang anak antara lain melancarkan sistem peredaran darah, menstimulasi saraf otak dan melatih respon saraf, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan nafsu makan dan berat badan, memperbaiki gangguan tidur, dan meningkatkan nafsu makan bayi (Kusmini & Dkk, 2018). Dalam perkembangannya, pijat bayi banyak dikaitkan dengan sentuhan antara orang tua dan anak, karena mampu menimbulkan jalinan kasih sayang antara orang tua dan bayi, mengurangi tingkat kecemasan, meningkatkan kemampuan fisik serta rasa percaya diri.

Pendidikan kesehatan sebagai suatu kegiatan atau usaha menyampaikan pesan kesehatan yang diharapkan dapat menambah pengetahuan dan mengubah perilaku individu, kelompok atau masyarakat. Selain itu pendidikan kesehatan juga penting dilakukan untuk menggali motivasi seseorang agar dapat menerima proses perubahan perilaku melalui tindakan persuasif secara langsung terhadap sistem nilai, kepercayaan dan perilaku (Notoadmojo, 2012). Hal ini sejalan dengan penelitian (Pangesti et al., 2021) tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Motivasi Ibu Dalam Memijat Bayi Secara Mandiri di PMB Elisabeth Banyuanyar Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi berpengaruh terhadap motivasi ibu dalam memijat bayi secara mandiri. Hasil ini menunjukkan bahwa memberikan pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi mampu meningkatkan motivasi ibu untuk melakukan pijat bayi secara mandiri.

## **2. PERMASALAHAN MITRA**

Studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Singosari, permasalahan yang terjadi diketahui bahwa banyak orang tua yang belum mengetahui tentang pijat bayi dan teknik memijat bayi yang bisa dilakukan secara mandiri. Sehingga tidak semua ibu rutin untuk memijat bayinya, baik dipijat oleh ibu sendiri maupun terapis atau bidan. Adapun ibu yang belum pernah untuk memijat bayinya dan rata-rata ibu memijat bayinya di dukun pijat, klinik kesehatan dan praktik bidan mandiri. Berdasarkan data tersebut penulis tertarik melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang “Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Mandiri Di Posyandu Singosari Banyuanyar Surakarta”.

## **3. METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian Masyarakat dilaksanakan di Posyandu Singosari RW V Kelurahan Banyuanyar Kota Surakarta, adapun waktu pelaksanaannya yaitu pada bulan Maret sampai dengan Agustus 2020. Kegiatan pengabdian masyarakat dihadiri oleh 17 ibu-ibu yang mempunyai bayi 0-12 bulan. Sebelum kegiatan pengabdian masyarakat dilaksanakan adapun kegiatan koordinasi bersama kader yang dilaksanakan untuk menggali informasi terkait dengan kondisi atau masalah yang terjadi di wilayah Posyandu Singosari Banyuanyar Surakarta. Metode kegiatan peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi secara mandiri terdiri dari 2 tahap, yaitu :

- a. Tahap pertama melakukan peningkatan pengetahuan tentang pijat bayi (pengertian pijat bayi, manfaat pijat bayi, dan langkah pemijatan pada bayi) dengan metode penyuluhan kesehatan atau ceramah.
- b. Tahap kedua melakukan pelatihan pijat bayi dengan metode demonstrasi dan mengajak sasaran untuk melakukan praktik memijat bayi. Setelah dilaksanakan kegiatan tersebut, dilakukan evaluasi dan monitoring untuk mengetahui keberhasilan pelaksanaan pengabdian masyarakat serta untuk mengetahui apakah kegiatan ini sesuai dengan target dan luaran yang diharapkan.



Gambar 1. Penyuluhan Kesehatan Pijat bayi



Gambar 2. Praktik Keterampilan Pijat Bayi

#### **4. PEMBAHASAN**

Pelaksanaan pengabdian masyarakat yang dilakukan oleh tim dosen Universitas Kusuma Husada Surakarta yaitu tentang upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi mandiri di posyandu Singosari Banyuanyar surakarta. Dilaksanakan dengan 2 tahap yaitu untuk peningkatan pengetahuan pada tanggal 10 Juli 2020, peningkatan keterampilan pada tanggal 27 Juli 2020, serta evaluasi dilakukan pada tanggal 24 Agustus 2020. Dari hasil pelaksanaan pembinaan dan penyuluhan yang diikuti oleh 17 ibu-ibu yang mempunyai bayi 0-12 bulan, ternyata kegiatan tersebut mendapatkan respon yang baik oleh masyarakat khususnya ibu-ibu yang mempunyai bayi 0-12 bulan di RW V. Ibu-ibu menjadi lebih mengetahui tentang pengetahuan dan keterampilan pijat bayi mandiri. Hal ini dapat diketahui dari hasil evaluasi dengan melakukan wawancara dan post test kepada ibu-ibu yang menunjukkan hasil 80% warga telah menjawab dengan benar dan ibu sudah termotivasi untuk melakukan pijat bayi secara mandiri.

Pijat bayi dapat memberikan manfaat yang luar biasa bagi seorang anak antara lain melancarkan sistem peredaran darah, menstimulasi saraf otak dan melatih respon saraf, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan nafsu makan dan berat badan, memperbaiki gangguan tidur, dan meningkatkan nafsu makan bayi (Kusmini & Dkk, 2018) (Rosalina, 2017). Dalam perkembangannya, pijat bayi banyak dikaitkan dengan sentuhan antara orang tua dan anak, karena mampu menimbulkan jalinan kasih sayang antara orang tua dan bayi, mengurangi tingkat kecemasan, meningkatkan kemampuan fisik serta rasa percaya diri. Peranan tenaga kesehatan dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam memijat bayinya sendiri di Posyandu Singosari RW V Banyuanyar yaitu dengan diberikannya penyuluhan tentang pijat bayi mandiri. Disini faktor pengetahuan sangat diperlukan untuk melaksanakan suatu kegiatan yang dilakukan karena kegiatan tersebut akan berakibat pada dirinya sendiri. Hal ini sesuai dengan pendapat

(Notoadmojo, 2012) menunjukkan bahwa usia, pendidikan, pengalaman informasi dan fasilitas merupakan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Pengetahuan merupakan proses belajar dengan menggunakan pancaindra yang dilakukan seseorang terhadap objek tertentu untuk dapat menghasilkan pengetahuan dan keterampilan. Pengetahuan sangat erat kaitannya dengan pendidikan, maka orang tersebut akan semakin luas pula pengetahuannya, serta juga dikarenakan pendidikan adalah suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan didalam dan diluar sekolah dan berlangsung seumur hidup. Hal ini sejalan dengan penelitian (Pangesti et al., 2021) tentang Pengaruh Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Motivasi Ibu Dalam Memijat Bayi Secara Mandiri di PMB Elisabeth Banyuanyar Surakarta. Hasil penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi berpengaruh terhadap motivasi ibu dalam memijat bayi secara mandiri. Hasil ini menunjukkan bahwa memberikan pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi mampu meningkatkan motivasi ibu untuk melakukan pijat bayi secara mandiri.

Menurut (Notoadmojo, 2012) bahwa pendidikan kesehatan dapat mengubah pengetahuan seseorang atau masyarakat dalam pengambilan tindakan yang berhubungan dengan kesehatan. Pendidikan kesehatan secara umum merupakan segala upaya yang direncanakan untuk mempengaruhi orang lain baik individu, kelompok, atau masyarakat dan pendidik atau pelaku pendidikan. Keberhasilan dalam upaya peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi mandiri di Posyandu Singosari Banyuanyar Surakarta merupakan hasil yang dicapai dengan adanya pengetahuan yang baik yang diwujudkan dengan kegiatan promotif tersebut.

## **5. KESIMPULAN**

Dari hasil pelaksanaan pembinaan dan penyuluhan kesehatan selama dua tahap kegiatan yaitu tahap pertama memberikan pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan tahap kedua memberikan keterampilan pijat bayi. Dimana masing-masing kegiatan diikuti oleh 17 ibu-ibu yang mempunyai bayi usia 0-12 bulan, ternyata kegiatan tersebut mendapatkan respon yang baik oleh peserta. Ibu-ibu menjadi lebih mengetahui tentang Pijat Bayi Mandiri. Hal ini dapat diketahui dari hasil evaluasi dengan wawancara dan post test skill kepada ibu-ibu bayi menunjukkan hasil 80% ibu-ibu menjawab dengan benar.

Harapan dari penulis, tim kesehatan lebih intensif memberikan penyuluhan - penyuluhan kesehatan sebagai salah satu bentuk upaya preventif didalam peningkatan status kesehatan bayi dan diharapkan setelah diadakannya kegiatan pengabdian kepada masyarakat tentang Upaya Peningkatan Pengetahuan dan Keterampilan Ibu dalam Melakukan Pijat Mandiri di Posyandu Singosari Banyuanyar Surakarta, dapat meningkatkan pengetahuan dan keterampilan untuk memijat bayi secara mandiri.

## **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kegiatan ini dapat terlaksana atas bimbingan, bantuan, dan kerjasama dari berbagai pihak. Untuk itu, dalam kesempatan ini penulis menyampaikan penghargaan, rasa hormat dan terima kasih kepada Rektor Universitas Kusuma Husada Surakarta, Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Kepala Prodi, dan mahasiswa Kebidanan Program Diploma Tiga yang telah memberikan dukungan kepada penulis selama proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Selain itu penulis sampaikan rasa terimakasih kepada kader Posyandu Singosari RW V Kelurahan Banyuanyar Kota Surakarta yang telah membantu dalam proses pelaksanaan kegiatan tersebut. Serta untuk seluruh partisipan kegiatan pengabdian kepada masyarakat, penulis sampaikan terimakasih atas partisipasinya dalam mengikuti seluruh kegiatan pengabdian masyarakat dari awal sampai dengan selesai.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Adriana, D. (2013). *Tumbuh Kembang dan Terapi Bermain pada Anak* (S. Medika (ed.)). Salemba Medika.
- Kusmini, & Dkk. (2018). *Loving Baby Massage* (IHCA (ed.); IHCA). IHCA.
- Notoadmojo, S. (2012). *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

Pangesti, C. B., Nurjanah, S., Astuti, H. P., & A, W. D. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan dengan Metode Demonstrasi Terhadap Motivasi Ibu dalam Memijat Bayi secara mandiri. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, Vol 12 No. <https://jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/436>

Rosalina. (2017). *Fisiologi Pijat Bayi*. Trisakti Multimedia.

Widyawati, D. (2018). *Panduan Pijat Bayi*. IHCA.