

Edukasi Pijat Bayi dengan Metode Demonstrasi dan Simulasi Melalui Media Video di Kota Jambi

Armina^{1*}, Nurfitriani^{2*}

^{1,2}Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Baiturrahim,
Jl. Prof. M. Yamin No 30 Lebak Bandung, Kota Jambi, 36135, Jambi, Indonesia

*Email Korespondensi: arminanurwa86@gmail.com

Abstract

Baby massage is a gentle massage that is important for the growth and development of babies. Baby growth and development can be helped by baby massage. Posyandu Teratai V Legok has never been given baby massage education and has been educated at the Putri Ayu Health Center in Jambi City. The purpose of this community service is to provide education about baby massage using video media. The implementation of this Community Service was carried out on May 8, 2024, at Posyandu Teratai V in the working area of the Putri Ayu Health Center in Jambi City, targeting 10 mothers using the video method and baby massage simulation. The implementation stage carried out a pre-test session, education, playing videos, baby massage simulations, and the evaluation stage in the form of a post-test session for skills in doing baby massage. The results of this Community Service were that mothers were enthusiastic about participating in baby massage video education and the knowledge gained after education increased to an average score of 13 out of 7.9 and baby massage skills to an average score of 28.6 out of 4.1. The results of this Community Service can be continued at other integrated health posts by training integrated health post cadres or health center officers.

Keywords: baby massage, development, growth

Abstrak

Pijat bayi merupakan pijatan lembut yang penting bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pertumbuhan dan Perkembangan bayi dapat dibantu dengan pijat bayi. Posyandu Teratai V Legok belum pernah dilakukan edukasi pijat bayi dan pernah diedukasi di puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Tujuan dari pengabdian masyarakat ini adalah memberikan edukasi tentang pijat bayi menggunakan media video. Pelaksanaan Pengabdian masyarakat ini dilakukan tgl 8 Mei 2024 dilaksanakan di Posyandu Teratai V wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi, dengan sasaran pada ibu-ibu dengan jumlah ibu 10 orang dengan metode video dan simulasi pijat bayi. Tahap pelaksanaan melakukan sesi pretest, edukasi, memutar video, simulasi pijat bayi, dan tahap evaluasi berupa sesi post tes keterampilan dalam melakukan pijat bayi. Hasil Pengabdian kepada Masyarakat ini ibu-ibu antusias dalam mengikuti edukasi video pijat bayi dan didapatkan pengetahuan setelah edukasi naik menjadi rerata skor 13 dari 7,9 dan keterampilan memijat bayi menjadi rerata skor 28,6 dari 4,1. Hasil Pengabdian kepada Masyarakat ini dapat dilanjutkan di posyandu lain dengan melatih para kader posyandu atau petugas Puskesmas.

Kata Kunci: perkembangan, pertumbuhan, pijat bayi

PENDAHULUAN

Bayi merupakan anak dalam rentang umur 0 sampai 12 bulan, masa pertama kehidupan untuk beradaptasi dengan lingkungan dan perubahan sirkulasi organ – organ tubuh. Bayi masih dalam periode kehidupan 1000 hari pertama kehidupan yang menjadi periode emas dan memerlukan pemantauan. Bayi akan terus beradaptasi untuk tumbuh dan berkembang setiap harinya. Faktor yang mempengaruhi pertumbuhan bayi dapat berasal dari

internal dan eksternal. Factor eksternal yang mempengaruhi pertumbuhan untuk mencapai potensi genetic yang optimal didapat dari nutrisi, status kesehatan, ekonomi keluarga dan stimulasi. Stimulasi dapat menjadi factor yang meningkatkan tidak hanya pertumbuhan namun juga perkembangan bayi(Gunardi, 2021).

Pertumbuhan anak sebelum umur 2 tahun ukuran otak anak mencapai 75% dari ukuran otak dewasa dan umur 3 tahun mencapai 75%. Banyak sinaps atau tempat penghubung sel-sel saraf yang terbentuk hingga mencapai 200% di umur 2-3 tahun(John W. Santrock, 2016). Ada banyak perkembangan luar biasa yang terjadi pada otak Si Kecil pada periode ini. Hal ini ditandai dengan perkembangan emosinya dan rasa penasaran yang semakin tinggi. Stimulasi salah satu cara untuk membantu perkembangan-perkembangan anak ini. Salah satu stimulasi untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi atau anak dengan pijat bayi(Fauzia et al., 2022).

Pijat Bayi merupakan salah satu terapi sentuhan kepada bayi yang dapat dilakukan oleh orangtua, pengasuh atau terapis. Sentuhan yang diberikan selama pijat dapat memperkuat ikatan kasih sayang orang tua dan bayi (bonding), memberikan relaksasi untuk bayi, meningkatkan kenyamanan dan memperbaiki gangguan tidur, mempertahankan kesehatan dan percaya diri bayi dan manfaat lainnya(Johnson's, 2016).

Pengabdian masyarakat yang telah dilakukan sebelumnya pada PkM tahap 1 berupa edukasi pijat bayi terhadap pijat bayi di Puskesmas putri Ayu maupun di Posyandu Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu dengan hasil terjadi peningkatan pengetahuan mengenai pijat bayi namun ketika demonstrasi belum semua ingat atau hapal semua gerakan tahapan pijat bayi. Hasil wawancara dengan petugas puskesmas mengatakan agar perlu pengajaran pijat bayi di ruangan kepada ibu-ibu. Petugas kesehatan juga mengatakan bahwa sosialisasi pijat bayi baru dilakukan di posyandu Bougenville 2 ini dan di Puskesmas Putri Ayu ini tahun 2023 (Laporan Akhir Pkm DYRN, n.d.)dan perlu dilakukan pengabdian di Posyandu lain.

METODE

Tujuan pengabdian ini untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan anak. Pengabdian masyarakat ini dilaksanakan dalam kurun waktu bulan April s/d Juni 2024 dan dilaksanakan edukasi pada tanggal 8 Mei 2024 di Posyandu Teratai V Legok. Peserta yang hadir berjumlah 10 orang. Adapun tahapan kegiatan dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1. Tahapan pelaksanaan kegiatan

Tahapan	Uraian
Persiapan	a) Rapat awal tim pengusul meliputi mitra yang akan dijadikan tempat pengabdian dan bentuk kegiatan yang akan dilakukan pada saat pengabdian. b) Melakukan Identifikasi masalah mitra: diskusi dengan Petugas Puskesmas c) Menyusun proposal, pengurusan surat ijin dan menyiapkan Video Pijat Bayi d) Persiapan lainnya meliputi: menyiapkan pengeras suara, laptop, LCD, pointer, daftar hadir, cenderamata, konsumsi dan dokumentasi.
Pelaksanaan	Edukasi Pijat bayi dalam rangka pertumbuhan dan perkembangan anak

Monitoring dan Evaluasi	Kegiatan monitoring dan evaluasi (monev) ini akan dilakukan terhadap semua kegiatan yang telah dilakukan meliputi: a) Monev Perencanaan. Pada tahap ini tim PkM akan mengevaluasi kondisi mitra, tujuan program, permasalahan dan solusi, materi dan praktik kegiatan, media/ alat yang digunakan, sasaran, waktu pelaksanaan, sarana dan prasarana yang dibutuhkan dan dana yang digunakan. b) Monev Pelaksanaan Pada pelaksanaan tim PkM akan melakukan Monev meliputi aspek: Kehadiran peserta, keaktifan peserta, kemampuan Tim PkM dalam menyampaikan materi, Feed back peserta, simulasi praktik pijat bayi dilakukan oleh sasaran serta kemampuan peserta selama pretest dan posttest c) Monev Hasil Setelah dilaksanakan kegiatan PKM, Tim PKM melakukan Monev terhadap kemampuan keluarga terutama ibu terhadap pengetahuan dan praktik pijat bayi.
-------------------------	---

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan dalam rentang waktu 6 bulan pada bulan Maret 2024 s/d Agustus 2024 di Posyandu Teratai V wilayah kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi. Posyandu ini berada di Kelurahan Legok. Pengabdian kepada masyarakat ini dilakukan pada tgl 8 Mei 2024 pada saat kegiatan posyandu dan berlangsung dengan lancar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi pijat bayi menggunakan video dihadiri oleh 10 ibu yang membawa bayi. Persiapan edukasi telah sesuai dengan rencana.

Pengabdian kepada masyarakat ini berupa edukasi menggunakan metode video dan demonstrasi pijat bayi. Adapun proses pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada ibu-ibu yang hadir ke posyandu bayi balita sebagai berikut:

- 1) Kegiatan diawali dengan registrasi peserta dan pengisian kuesioner pre edukasi yaitu kuesioner pengetahuan dan keterampilan pijat bayi.
- 2) Berikutnya dilakukan kegiatan pengenalan dengan para peserta yang hadir.
- 3) Setelah pengenalan, dilanjutkan dengan penyajian materi terkait dengan pijat bayi. Penyajian materi dengan pemutaran video sambil menjelaskan isi video. Adapun materi yang disajikan adalah manfaat, prinsip dan cara pijat bayi.
- 4) Acara berikutnya adalah diskusi dengan para ibu-ibu balita mengenai pijat bayi. Ibu-ibu tampak menanyakan tentang pijat bayi dan ibu-ibu cukup antusias mengikuti.
- 5) Acara terakhir adalah penutupan acara sekaligus melakukan evaluasi terhadap pelaksanaan kegiatan dan juga terhadap peserta. Tujuannya untuk mengetahui sejauhmana materi yang disampaikan dapat diserap dan difahami oleh peserta.

Dari beberapa acara diatas, terdapat beberapa hal penting yang dapat dijelaskan yaitu: Peserta yang terdiri dari ibu-ibu bayi dari 2 posyandu dihadiri 10 ibu sangat antusias mendengar pemaparan dan pemutaran video pijat bayi selama acara berlangsung hingga akhir acara. Ibu-ibu peserta yang hadir hingga selesai acara edukasi ini dalam rentang usia 28 hingga 41 tahun, pendidikan ibu-ibu peserta SMA hingga S1 dan pekerjaan ibu sebagai ibu rumah tangga, honorer hingga PNS. Petugas kesehatan dari puskesmas dan ibu-ibu kader

juga menyampaikan terimakasih banyak atas partisipasi ibu-ibu balita, yang sudah sangat membantu dalam menyukseskan acara edukasi pendidikan kesehatan ini.

Pembahasan kedua adalah pada saat penyampaian materi terkait manfaat prinsip dan cara pijat bayi. Tujuan penyampaian materi ini dikarenakan agar ibu-ibu yang memiliki bayi memiliki keberanian untuk melakukan pijat bayi dengan usapan halus atau tekanan ringan. Dalam penyampaian materi, diberikan juga kesempatan untuk memberikan *feedback* terkait permasalahan yang muncul. Beberapa ibu menyampaikan bahwa mereka menjadi tau bahwa manfaat pijat bayi cukup banyak yang awalnya ibu-ibu hanya mengetahui bahwa manfaat pijat bayi yaitu aliran darah lancar.

Pembahasan terakhir adalah terkait kegiatan diskusi dan *feedback* mengenai keinginan ibu untuk pijat bayi sendiri dirumah. Ibu-ibu balita berminat untuk melakukan pijat bayi di rumah setelah melihat video edukasi pijat bayi yang ditayangkan oleh tim pengabdian masyarakat. Peserta sangat antusias mengikuti pelatihan, terutama saat dibuka sesi diskusi seputar pijat bayi. Tim pengabdian menjawab semua pertanyaan yang diajukan dibarengi dengan solusi yang dapat dilaksanakan untuk memecahkan masalah yang mereka hadapi. Penyampaian materi dilakukan dengan menggunakan bahasa yang sederhana dan mudah difahami oleh peserta, sehingga pelatihan dan diskusi berjalan lancar dan mengena pada tujuan dan sasaran yang diinginkan.

Dalam tabel berikut ini akan disampaikan hasil pengukuran peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu-ibu balita yang memiliki bayi, sebelum dan setelah dilakukan edukasi pijat bayi melalui pemutaran video.

Tabel 1. Perubahan Pengetahuan Sebelum dan Setelah Dilakukan Edukasi Pijat Bayi (n=10)

Indikator	Pre-edukasi	Post-edukasi	Minimal-Maksimal	Perubahan
	Rerata	Rerata		
Pengetahuan	7,9	13	0-13	5,1
Keterampilan	4,1	28,6	0-34	24,5

Berdasarkan tabel 1. ini nilai rerata sebelum edukasi, ibu-ibu balita peserta edukasi video pijat bayi memiliki pengetahuan tentang pijat bayi dengan rerata skor 7,9 dan setelah edukasi video pijat bayi dengan rerata 13, yang menunjukkan kenaikan pengetahuan melalui pengisian kuesioner dengan skor 5,1. Keterampilan ibu sebelum edukasi video pijat bayi dengan skor 4,1 dan terjadi kenaikan keterampilan menjadi skor 28,6 yang menunjukkan kenaikan skor 24,5. Setelah diedukasi pijat bayi pemutaran video dan sambil dijelaskan dan didemonstrasikan, ibu-ibu bayi lebih antusias dan menjadi tahu cara melakukan pijat bayi dengan menyenangkan. Diakhir sesi acara petugas kesehatan mengharapkan agar kegiatan ini dilakukan di dalam satu tempat saat kelas balita dan tidak bersamaan dengan kegiatan lain dan dilakukan dengan rutin pada kelas balita.

Hasil pengabdian ini berupa pengetahuan dan keterampilan terlihat serupa dengan hasil penelitian Meilani dan Fitriana (Meilani & Fitriana, 2023) yaitu ada pengaruh media video terhadap pengetahuan dan keterampilan. Hal ini menunjukkan pengabdian berupa edukasi dengan media video kepada ibu berperan besar dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu bayi. Ibu sebagai pengasuh paling dekat dengan bayi berperan dalam melihat pertumbuhan dan perkembangan anak. Ibu atau orangtua akan berupaya memberikan yang terbaik bayi atau anak tumbuh sehat dan berkembang optimal dengan berbagai cara baik itu melihat secara langsung atau mendengarkan informasi yang

dibutuhkan. Media video pada pelajaran menjadi hal yang dapat menarik perhatian sehingga terjadi jalinan logis keseluruhan program yang dapat membangun rasa berkelanjutan sambung-menyambung dan kemudian menuntun kepada kesimpulan atau rangkuman (Meilani & Fitriana, 2023).

Pijat bayi sebagaimana diketahui merupakan terapi sentuhan tertua yang telah dipraktikkan dan diyakini mempengaruhi pertumbuhan dan perkembangan anak (Fauzia et al., 2022) yang perlu diberikan edukasi kepada ibu-ibu pemilik bayi. Teknik pijat pada bayi dimulai dari kaki bayi karena umumnya bayi lebih menerima atau nyaman apabila dipijat pada daerah kaki namun boleh dilakukan dimulai dari wajah. Pijat bayi mulai dari area kaki akan memberi kesempatan pada bayi untuk membiasakan dipijat sebelum bagian lain dari badannya disentuh. Cara pemijatan pada bayi cukup bulan (term) dan batita berdasarkan modul UKK Tumbuh Kembang Pediatri Sosial 2013 (Johnson's, 2016) ada 6 rangkaian teknik yaitu pijatan wajah, pijatan dada, pijatan perut, pijatan tangan, pijatan kaki dan pijatan punggung.

Beberapa hasil penelitian (Liao et al., 2021) terhadap manfaat pijat bayi diantaranya pertambahan berat badan jauh lebih baik pada hari kelima hingga ketujuh untuk bayi premature dengan menggunakan minyak (nilai $p < 0,05$). Pada penelitian sebelumnya (Sari et al., 2023) dinyatakan bahwa terdapat penambahan berat badan pada bayi 0-6 bulan yang dilakukan pijat bayi 2 kali seminggu setiap 15 menit sebesar 16 bayi (100%), peningkatan tumbuh kembang bayi 6-12 bulan dimana 15 bayi (58,3%) mengalami peningkatan tumbuh kembang dibanding kelompok kontrol (45,8%) (Merida & Hanifa, 2022).

Pijat bayi juga memberi rangsangan taktil terhadap otot bayi, tulang dan system organ serta saraf vagus sehingga aliran darah bayi menjadi lebih lancar dan bayi menjadi lebih rileks. Pijat bayi juga membantu meningkatkan fungsi peristaltic usus sehingga pengosongan lambung akan lebih cepat, sehingga bayi lebih cepat dan mudah merasa lapar, metabolisme tubuh bayi menjadi lebih baik dan meningkatkan berat badan bayi (Lestari et al., 2021). Edukasi pijat bayi dengan media video pada pengabdian ini terjadi peningkatan pengetahuan dan keterampilan karena narasi dan gambar gerak yang ditampilkan didalam video lebih mudah dipahami karena ibu melihat langsung cara memijat bayi.



Gambar 1. Edukasi dan praktik simulasi Pijat Bayi

KESIMPULAN

Pengetahuan pijat bayi pada ibu-ibu balita setelah diberikan edukasi terjadi peningkatan pengetahuan dengan media video dan demonstrasi. Ibu-ibu lebih antusias

karena dengan adanya media video karena lebih jelas dan menarik minat ibu-ibu bayi. Saran bagi pihak Posyandu Teratai V dapat menyediakan tempat untuk melakukan pelatihan pijat bayi yang lebih nyaman, petugas kesehatan melakukan pelatihan pijat bayi pada kelas ibu balita dengan bekerjasama dengan institusi pendidikan kesehatan, dan paska pengabdian ini ibu-ibu dapat lebih berani untuk rutin melakukan pijat bayi dirumah

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim mengucapkan terima kasih kepada Bapak Rektor Universitas Baiturrahim Jambi yang telah memberikan dana pengabdian kepada masyarakat dan terima kasih kepada Pihak Puskesmas Putri Ayu, Petugas Puskesmas dan Penanggung jawab Posyandu Teratai V Legok, anggota tim pengabdian dan peserta yang hadir yang telah memfasilitasi dan meluangkan waktu mengikuti kegiatan pengabdian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Gunardi, H. Optimalisasi 1000 Hari Pertama Kehidupan: Nutrisi, Kasih Sayang, Stimulasi, dan Imunisasi Merupakan Langkah Awal Mewujudkan Generasi Penerus yang Unggul. *eJournal Kedokt. Indones.* **9**, 1 (2021).
- John W. Santrock. *Child Development an Introduction. 13th Edition.* (Mc Graw Hill, 2016).
- Fauzia, R. L., Budihastuti, U. R. & Adriani, R. B. Meta-Analysis the Effect of Baby Massage in Increasing Quality of Sleep and Infant Body Weight. *J. Matern. Child Heal.* **7**, 64–74 (2022).
- Johnson's. Johnson's tutorial stimulasi pijat bayi. at https://www.johnsonsbaby.co.id/sites/jbaby_id/files/pijat_banyak_manfaat_dengan_johnsons_baby_oil.pdf (2016).
- Laporan Akhir Pkm DYRN.
- Meilani, E. & Fitriana, N. F. Pengaruh Media Video Terhadap Pengetahuan Dan Keterampilan Ibu Dalam Menangani Kejadian Tersedak Pada Bayi Di Posyandu. *J. Kesehat. Masy.* **7**, 830–835 (2023).
- Liao, Y. C., Wan, Y. H., Chen, P. H. & Hsieh, L. Y. Efficacy of medium-chain triglyceride oil massage on growth in preterm infants: A randomized controlled trial: A CONSORT-compliant article. *Med. (United States)* **100**, E26794 (2021).
- Sari, D. K., Saidah, H., Akhmad & Lestari, S. The Effect of Baby Massage On Baby Weight. *J. Qual. Public Heal.* **6**, 340–345 (2023).
- Merida, Y. & Hanifa, F. N. Pengaruh Pijat Bayi Dengan Tumbuh Kembang Bayi. *J. Kesehat.* **10**, 27–32 (2022).
- Lestari, K. P., Nurbadlina, F. R. & Jauhar, M. Efektivitas Pijat Bayi Dalam Meningkatkan Berat Badan Bayi. **10**, 1–5 (2021).