

Stimulus Tumbuh Kembang Bayi melalui Edukasi dan Terapi Pijat Bayi (*Baby Massage*) di Desa Bujak Kecamatan Batukliang Kabupaten Lombok Tengah

Fuji Khairani^{1*}), Hasrun Ningsih¹, Elly Sustiyani¹

DOI: 10.37824/dbk.v1i01.29

¹ DIII Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu

Koresponden

Fuji Kharani

Email: fujijegol@gmail.com

Abstract

The First 1000 Days of Life Program states that a child's growth and development begins from conception until the first two years of birth. This program emphasises the adequacy of nutritional intake to support growth and development through. Despite that baby massage offers some advantages in term of baby growth and development, mothers rarely massage their babies due to lack of knowledge and skills. This current activity aims to improve the understanding and skills of mothers in the village of Bujak about baby massage. The method used is by providing education and training about baby massage and demonstration. The results of the activity showed that there was an increase in the understanding and skills of mothers about the stimuli for infant growth and development. The positive impact was that they became more confident in doing massage on their babies.

Keywords: Edukasi, Pijat Bayi

Abstrak

Program 1000 Hari Pertama Kehidupan menyebutkan bahwa pertumbuhan dan perkembangan anak dimulai sejak terjadi konsepsi sampai 2 tahun pertama kelahirannya. Dalam program tersebut, sejak dalam kandungan anak sudah mulai diperhatikan kecukupan asupan nutrisi yang sehat guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Setelah bayi lahir, selain nutrisi yang diberikan juga diberikan stimulasi untuk mendukung perkembangannya. Stimulus tumbuh kembang dengan baby massage pada masyarakat desa masih dipegang oleh dukun bayi. Masyarakat sangat jarang melakukan pemijatan pada bayi karena ibu kurang mampu dan kurang terampil dalam memijat bayi. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan keterampilan ibu di desa Bujak tentang (baby massage) pijat bayi. Metode yang digunakan yaitu dengan memberikan edukasi dan pelatihan tentang baby massage dan mengaplikasikan praktik, demonstrasi dan redemonstrasi baby massage. Luarannya adalah Kegiatan pengabdian pada masyarakat “Stimulus Tumbuh Kembang Bayi Melalui Edukasi dan Terapi Pijat Bayi (baby massage) di Desa Bujak Kecamatan Batukliang Lombok Tengah” telah terlaksana dengan baik sesuai dengan rencana yang telah disusun. Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya

peningkatan pemahaman dan keterampilannya ibu tentang Stimulus tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi, dampak positifnya mereka menjadi lebih percaya diri melakukan pijatan pada bayi.



This work is licensed under a Creative Commons Attribution

4.0 International License

Pendahuluan

Seorang anak membutuhkan dukungan agar dapat melalui masa tumbuh kembangnya secara normal. Tumbuh kembang anak dimulai sejak dalam kandungan. Program 1000 Hari Pertama Kehidupan menyebutkan bahwa pertumbuhan dan perkembangan anak dimulai sejak terjadi konsepsi sampai 2 tahun pertama kelahirannya. Dalam program tersebut, sejak dalam kandungan anak sudah mulai diperhatikan kecukupan asupan nutrisi yang sehat guna mendukung pertumbuhan dan perkembangan. Setelah bayi lahir, selain nutrisi yang diberikan juga diberikan stimulasi untuk mendukung perkembangannya. Faktor-faktor yang mempengaruhi proses pertumbuhan dan perkembangan antara lain faktor herediter, lingkungan (prenatal dan postnatal) dan hormonal. Pada lingkungan postnatal salah satu faktor yang mempengaruhi adalah stimulasi dari luar melalui terapi sentuhan atau pijat bayi.

Pijat bayi sebagai seni perawatan kesehatan pada bayi dengan terapi sentuh dengan teknik-teknik tertentu sehingga manfaat pengobatan dan kesehatan tercapai, menurut Natalia (2011). Pijat bayi dapat dijadikan cara untuk memberikan stimulasi pertumbuhan dan perkembangan balita. Sentuhan pijat bayi akan merangsang produksi hormon betha endorprin yang akan membantu mekanisme pertumbuhan dan merangsang produksi hormon oksitosin dan menurunkan produksi hormon kortisol

sehingga bayi dan balita menjadi rileks dan tenang agar tumbuh kembangnya lebih optimal. Pijat dan sentuhan kasih sayang yang dimulai pada usia dini dapat meningkatkan kualitas hidup anak dan orang tua. Selain itu Pijat bayi mempengaruhi sistem saraf dari tepi sampai ke pusat, tekanan pada reseptor saraf di kulit menyebabkan pelebaran vena, arteri dan kapiler yang akan menghambat penyempitan, melemaskan ketegangan otot, melambatkan detak jantung dan meningkatkan gerakan usus di saluran cerna. Manfaat pijat bayi adalah mengembangkan sistem imun, membantu bayi berlatih relaksasi, membantu mengatasi gangguan tidur dan membuat bayi tertidur lelap dan lama, serta memperkuat ikatan (bonding) bayi dengan ibu/orangtua. Stimulasi multisensorik, yakni visual adalah kontak mata ibu, auditori misalnya komunikasi verbal, suara musik, penciuman, sentuhan dan kasih sayang (bonding) saat dilakukan pijat bayi ini, maka sebaiknya dilakukan secara teratur, sesuai tata cara dan teknik pemijatan bayi, dan saat pagi sebelum tidur, sore setelah mandi atau malam sebelum tidur. Stimulasi sentuh yang diberikan kepada anak berkaitan juga dengan kemampuan bersosialisasi. Sentuhan yang diberikan kepada bayi terdapat makna mengajarkan komunikasi kepada bayi. Komunikasi yang diajarkan lebih kepada komunikasi non verbal. Proses tersebut yang dapat memberikan kemampuan bersosialisasi. Sentuhan yang diberikan dapat berupa belaian lembut sebagai ekspresi kasih sayang dan perhatian

dari orang tua dan sentuhan. Kemampuan bersosialisasi merupakan salah satu aspek penting yang dinilai dalam tahap perkembangan anak.

Pijat bayi banyak manfaatnya, hal tersebut sesuai dengan penelitian dari Ambarsari, Anggarini, dan Nugraheni (2017) di didapatkan bahwa terdapat pengaruh penyuluhan terhadap praktik pijat bayi pada ibu. Oleh karena itu, perlu adanya pelatihan bagi ibu dalam memijat bayi sehingga ibu terampil dalam mengasuh anak demi tumbuh kembang anak. Tujuan kegiatan ini adalah meningkatnya pemahaman ibu tentang pijat bayi dan meningkatnya skill ibu tentang pijat bayi.

Metod

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan pada tanggal Sabtu 16 November 2019 di Desa Bujak, Kecamatan Batukliang Lombok Tengah dengan jumlah peserta 17 orang. Sedangkan untuk pelatih berjumlah 3 orang dari dosen kebidanan Universitas Qamarul Huda Badaruddin Bagu. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Edukasi

Metode ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan tentang upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi.

2. Demonstrasi

Metode demonstrasi dilakukan setelah selesai disampaikannya teori upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi. Demonstrasi dilakukan dengan menggunakan phantoom bayi

3. Redemonstrasi

Setelah dilakukan demonstrasi pada setiap kelompok kemudian dilakukan evaluasi dengan redemonstrasi yang dilakukan oleh setiap peserta. Setiap peserta wajib melakukan demostrasi ulang tata cara pijat bayi menggunakan pantum bayi yang disediakan oleh tim penyuluh. Pada tahap evaluasi peserta melakukan demostrasi cara pijat bayi dengan didampingi oleh pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat

Hasil Kegiatan

Kegiatan ini diawali dengan apersepsi kepada ibu – ibu tentang pijat bayi untuk menilai sejauh mana pengetahuan ibu-ibu bayi tentang pijat bayi. Kemudian menyampaikan edukasi tentang pentingnya upaya optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi.



Gambar 1. Kegiatan Edukasi Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi

Pada saat dilaksanakannya kegiatan ini, tim melihat bahwa pengetahuan ibu-ibu mengenai optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi masih kurang. Sebagian ibu-ibu berpendapat bahwa pijat bayi hanya perlu dilakukan ketika bayi mereka mengalami sakit saja dan itupun dilakukan oleh dukun. Edukasi tentang optimalisasi tumbuh kembang bayi dengan pijat membuka wawasan bagi ibu-ibu bahwa pengetahuan ibu yang baik memberi

dampak positif bagi bayi mereka, sehingga ibu-ibu antusias untuk melakukan pijat bayi.



Gambar 2. Pelatihan Terapi Pijat (Baby Massage)



Gambar 3. Pelatihan Terapi Pijat (Baby Massage)

Sedangkan dari hasil redemonstrasi yang dilakukan ibu-ibu didapatkan sebagian ibu-ibu peserta pengabdian masyarakat mampu mempraktekkan kembali pijat bayi dengan menggunakan phantom. Pelatihan pijat bayi (baby massage) yang dilaksanakan pada ibu-ibu memotivasi mereka untuk meningkatkan keterampilannya.. Pijat bayi merupakan pengungkapan kasih sayang antara orang tua dengan anak lewat sentuhan kasih.

Kesimpulan dan Rekomendasi

Kegiatan pengabdian pada masyarakat “Stimulus Tumbuh Kembang Bayi Melalui Edukasi dan Terapi Pijat Bayi (baby massage) di Desa Bujak Kecamatan Batukliang Lombok Tengah” telah terlaksana dengan baik sesuai dengan rencana yang telah disusun. Hasil evaluasi kegiatan menunjukkan adanya peningkatan pemahaman dan keterampilannya ibu tentang Stimulus tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi, dampak positifnya mereka menjadi lebih percaya diri melakukan pijatan bayi. Kegiatan ini sangat bermanfaat untuk ibu-ibu dan bayi sehingga perlu adanya pendampingan dan kesinambungan kegiatan dengan melibatkan peran serta instansi pemerintah dalam upaya meningkatkan angka kesehatan bayi di Indonesia.

Referensi

- Ermayani M, Aprilia N. Pengasuhan Dan Stimulasi Tumbuh Kembang Anak Melalui Pelayanan Terintegrasi Taman Penitipan Anak Dan Baby/ Kids Spa Griya Sehat. PengabdianMu, Volume 3, Nomor 2, September 2018, Hal 135 – 140
- Dewi, N. N. 2011. Pengaruh stimulasi pijat bayi terhadap peningkatan berat badan bayi lahir cukup bulan. Diperoleh tanggal 15 januari 2017 melalui [http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail &sub=Penelitian retail &act=view](http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=penelitian_detail&sub=Penelitian_retail&act=view)
- Dewi, S. (2012). Pijat dan Asupan Gizi Tepat Untuk Meningkatkan Tumbuh Kembang Anak. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Jayatmi, Jesy Fatimah. Pertumbuhan Optimal dengan Pijat dan Spa Bayi. Jurnal Pengabdian Masyarakat Indonesia Maju DOI : 10.33221/jpmim.v1i02.663 Vol. 01,

No.02, 2020

- Kementerian Kesehatan RI, 2015; Heath, Alan dan Bainbridge, Nikki, 2006
- Kusmini, Nurul, Sutarmi. Modul Touch Training.Semarang:2014
- Kusuma R, Silvia A, Dwi S. Pelatihan dan pendampingan pijat bayi pada kader POSYANDU sebagai stimulasi tumbuh kembang balita di Tegalrejo, KotaYogyakarta Publikasi Hasil Pengabdian kepada Masyarakat - ISSN: 2580-2569; e-ISSN: 2656-0542
- Nur, Erma. Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi Dan Balita Dengan Pijat Bayi Pada Ibu Ibu Di Masjid Al Rubaian. Jurnal Pengabdian Masyarakat Karya Husada/Vol.1, No. 2 Tahun 2019
- Prasetyono. D. S. 2013. Buku Pintar Pijat Bayi. Jakarta. Buku Biru
- Prasetyo. 2009. Teknik-teknik tepat memijat Bayi Sendiri Panduan Lengkap dan Uraian Kemanfaatannya. Jogjakarta : Diva Press
- Putri A. 2009. Pijat dan Senam Untuk bayi dan Balita Panduan Praktis Memijat Bayi dan Balita. Yogyakarta : brilliant Offset
- Rosita S.D., Remedina G. (2017). Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Ibu Tentang Stimulasi Pijat Bayi. STIKes Mitra Husada Karanganyar. Bidan Prada: Jurnal Ilmiah Kebidanan, Vol. 8 No. 1 Edisi Juni 2017, hlm. 28-38
- Roesli U. (2001). Pedoman Pijat Bayi Prematur dan Bayi Umur 0-3 Bulan. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Syaukani A. 2015. Pijat Senam dan Yoga Sehat Untuk Bayi. Jakarta : Araska
- Soetjiningsih. 2001. Tumbuh Kembang Anak. Jakarta : EGC