

Pijat Bayi dan Balita di Desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh

Fitriyanti¹, Bima Suryantara², Siti Fadhilah³

^{1,2,3} STIKES Guna Bangsa Yogyakarta, Indonesia

Corresponding Author

Nama Penulis: fitriyanti

E-mail: fitriyantif657@gmail.com

Abstrak

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa edukasi tentang pijat sehat pada bayi dan balita dengan tujuan meningkatkan pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan balita, melalui kegiatan pelatihan dan penyuluhan dengan leaflet, proyektor dan praktek secara langsung pijat sehat bayi dan balita. Sasaran dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah ibu yang memiliki anak usia 0-5 tahun di desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat diawali dengan pemberian pre test berupa kuesioner dan dilanjutkan dengan penyuluhan serta praktek pijat. Kegiatan diakhiri dengan post test berupa pengisian kuesioner pada semua ibu. Setelah edukasi didapatkan hasil pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan balita meningkat.

Kata kunci - Edukasi, Pijat Sehat, Bayi dan Balita

Abstract

Community service activities include educating mothers about healthy massage for babies and toddlers to increase mothers' knowledge about massage for babies and toddlers through training and counseling activities with leaflets and projectors, as well as direct practice of healthy massage for babies and toddlers. This community service activity targets mothers with children aged 0-5 years in Lambaro Skep village, Kuta Alam District, Banda Aceh City. Implementation of community service begins with giving a pre-test in the form of a questionnaire and continues with counseling and massage practice. The activity ended with a post-test, which involved completing a questionnaire for all mothers. After education, it was found that mothers' knowledge about massage for babies and toddlers increased.

Keywords - Education, Healthy Massage, Babies and Toddlers

PENDAHULUAN

Tumbuh kembang anak mencakup dua peristiwa yang sifatnya berbeda, tetapi saling berkaitan dan sulit dipisahkan yaitu mengenai pertumbuhan dan perkembangan. Pertumbuhan (*growth*), merupakan masalah perubahan dalam besar, jumlah, ukuran atau dimensi tingkat sel, organ maupun individu, yang dapat diukur dengan ukuran berat (gram, pound, kilo). Ukuran panjang dengan cm atau meter, umur tulang dan keseimbangan metabolik (retensi kalsium dan nitrogen tubuh) dan perkembangan adalah bertambahnya kemampuan (*skill*) dalam struktur dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam pola yang teratur sebagai hasil dari proses pematangan (Dony, et al., 2022).

Pertumbuhan meliputi peningkatan berat badan, tinggi badan, ukuran kepala dan lengan, gigi, dan beberapa perubahan tubuh lainnya. Perkembangan pada anak meliputi motorik, sensorik, kognitif dan psikososial. Permasalahan yang dialami balita adalah gangguan pertumbuhan di Indonesia sudah mulai muncul pada anak usia 1-6 bulan, sehingga diperlukan upaya untuk menurunkan laju gangguan pertumbuhan atau meningkatkan presentasi berat badan. Pertambahan berat badan merupakan salah satu indikator kesehatan bayi yang dapat digunakan sebagai tolak ukur pertumbuhan bayi. Berat badan merupakan ukuran antropometri yang paling penting dan paling sering digunakan pada bayi baru lahir (neonatus). Berat badan lahir digunakan untuk mendiagnosis bayi normal atau berat lahir rendah (BBLR). Disebut berat badan lahir rendah (BBLR) bila berat bayi lahir di bawah 2500 gram atau di bawah 2,5 kg. Pada masa bayi/balita, berat badan dapat digunakan untuk melihat laju pertumbuhan fisik dan status gizi (Fatmawati, Zulfiana, & Yopi, 2021).

Pijat bayi dikenal sebagai stimulasi taktil adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah dipraktikkan selama berabad-abad. Pijat bayi antara lain dapat merangsang pencernaan hormon insulin dan gaselin, sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik. Hal ini menyebabkan bayi cepat merasa lapar sehingga makan lebih sering dan berat badannya bertambah. Pertambahan berat badan anak pada tahun pertama kehidupan saat anak mendapat gizi lebih baik sejak lahir sampai 6 bulan pertambahan berat badan per minggu sebesar 140-200 gram. Bayi memiliki berat dua kali lipat berat lahirnya pada akhir enam bulan pertama, sedangkan pada usia 6-12 bulan, kenaikan berat badan per minggunya berkisar antara 85-400 gram. Berat badan akan bertambah tiga kali lipat dari berat badan pada akhir tahun pertama kelahiran (Fatmawati, Zulfiana, & Yopi, 2021).

Pijat bayi tentu saja hadir beriringan dengan lahirnya kemampuan manusia dalam melakukan terapi pijat. Pijat bayi juga diartikan sebagai komunikasi yang menenangkan antara ibu dan bayi. Pijat bayi adalah ekspresi kasih sayang antara orang tua dan anak dengan menyentuh kulit. Sentuhan dan pelukan ibu merupakan kebutuhan dasar bayi. Semua ini berdampak signifikan terhadap tumbuh kembang bayi anda. Sentuhan pijat lembut pada bayi anda merupakan stimulus penting bagi tumbuh kembang anak anda. Anak yang mendapat rangsangan yang terarah dan teratur perkembangannya lebih cepat dibandingkan anak yang mendapat sedikit atau tanpa rangsangan. Bayi secara naluriah merespon sentuhan ibunya sebagai ekspresi perlindungan, perhatian dan kasih sayang. bayi akan sangat rileks dan tenang saat disentuh, makin sering tersentuh, maka semakin erat pula hubungan bathin yang terjalin antara bayi dan orang-orang terdekatnya. Sentuhan yang diberikan pada bayi berupa pijatan lembut sebaiknya dilakukan oleh orang-orang terdekat seperti ibu, ayah, kakek, dan nenek (Dewi, 2022).

Kegiatan pelatihan pijat sehat bayi dan balita belum pernah dilaksanakan di Desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam Kota Banda Aceh. Oleh karena itu diperlukan kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan melalui kerjasama institusi pendidikan kesehatan dan instansi kesehatan yang salah satunya bertujuan untuk tercapainya keterampilan pijat pada ibu bayi dan balita di Desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta alam Kota Banda Aceh.

METODE

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan setelah persiapan dan perizinan selesai. Kegiatan dilakukan di gedung rumah desa lambaro skep. Dalam pelaksanaannya sasaran dijelaskan tentang pijat sehat bayi dan balita melalui pelatihan.

This work is licensed under Creative Commons Attribution License 4.0 CC-BY International license

Kegiatan pengabdian dilaksanakan melalui pelatihan langsung menggunakan media leaflet dan praktek langsung pijat sehat pada bayi atau balita masing-masing. Kegiatan dilakukan dengan tahapan sebagai berikut;

1. Kegiatan Pre-test, dilakukan test dengan kuesioner untuk mengetahui gambaran pengetahuan ibu mengenai Pijat Sehat Bayi Dan Balita. Kegiatan ini dilakukan dengan meminta ibu untuk mengisi kuesioner yang memuat pertanyaan terkait materi yang akan disampaikan.
2. Pendataan nomor kontak ibu yang nantinya akan berguna dalam kegiatan edukasi lanjutan menggunakan media sosial.
3. Penyampaian materi tentang pijat sehat bayi dan balita. Setelah materi disampaikan oleh edukator, selanjutnya responden diberi kesempatan untuk bertanya mengenai materi yang telah disampaikan. Setelah penyampaian materi dilanjutkan dengan praktik pijat bayi yang diikuti oleh semua responden.
4. Kegiatan Post-test, diuji seberapa besar peningkatan pengetahuan dan sikap responden terhadap materi yang telah disampaikan.
5. Kegiatan monitoring dan evaluasi dilakukan setelah kegiatan promosi dilaksanakan. Kegiatan ini bertujuan untuk mengetahui perubahan perilaku ibu melalui pengisian kuesioner.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil pengabdian masyarakat yang telah dilakukan adalah sebagai berikut : Pengetahuan Ibu tentang pijat sehat bayi dan balita

Tabel 1.
Pengetahuan Ibu tentang pijat sehat bayi dan balita

No.	Pengetahuan	Baik		Cukup		Kurang		Jumlah	
		F	%	F	%	F	%	F	%
1	Pretest	5	25	6	30	9	45	20	100
2	Posttest	14	70	4	20	2	10	20	100

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa ada peningkatan pengetahuan tentang Pijat Sehat Bayi dan Balita di Desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam.



Gambar 1 .
Edukasi Pijat Bayi



Gambar 2.
Edukasi Pijat Bayi

Hasil pre test menunjukkan bahwa pengetahuan ibu mayoritas kurang (45%) dan hasil post test menunjukkan bahwa ada peningkatan pengetahuan ibu menjadi 70%. Pengabdian masyarakat tentang pijat sehat bayi dan balita telah memberikan dampak positif yang signifikan pada peserta pengabdian masyarakat dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Peserta tidak hanya memahami teknik pijat dengan baik, tetapi juga merasa percaya diri untuk menerapkannya dalam praktik sehari-hari. Hal ini merupakan langkah penting menuju optimalisasi dukungan bagi ibu dalam ilmu parenting.

Pijat sehat bayi dan balita telah terbukti efektif dalam meningkatkan berat badan pada anak dan serta menguatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi (Fatmawati, Zulfiana, & Yopi, 2021). Dengan demikian, implementasi pijat sehat bayi dan balita dapat menjadi salah satu strategi yang efektif dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan pada anak di masyarakat. Penting untuk terus melakukan pemantauan dan evaluasi terhadap pelaksanaan pijat sehat bayi dan balita di masyarakat guna memastikan keberlanjutan dan efektivitasnya dalam jangka panjang. Langkah-langkah ini juga perlu didukung oleh sosialisasi yang lebih luas dan kolaborasi dengan penyedia layanan kesehatan agar praktik pijat dapat diintegrasikan ke dalam program kesehatan ibu dan anak yang ada. Dengan demikian, optimalisasi pijat sehat bayi dan balita dapat menjadi bagian integral dalam upaya meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada anak.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pengabdian masyarakat dapat disimpulkan bahwa implementasi pijat sehat bayi dan balita telah memberikan dampak positif dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan pada anak. Peserta menunjukkan partisipasi aktif, pemahaman yang baik tentang teknik pijat sehat bayi dan balita, serta kesediaan untuk mengimplementasikan praktik tersebut dalam kehidupan sehari-hari. Sikap peserta yang positif terhadap pijat sehat bayi dan balita mencerminkan potensi besar metode ini dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan serta menguatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada Warga Desa Lambaro Skep Kecamatan Kuta Alam yang telah menjadi mitra dalam pengabdian masyarakat ini, dan semua pihak yang terlibat dalam pelaksanaan.

DAFTAR PUSTAKA

- Alfiyanti, D., Samiasih, A., & Harvina, S. P. (2021). Aplikasi Baby Massage Pada Asuhan Keperawatan Bayi Sehat Untuk Meningkatkan Kualitas Tidur Dan Kelancaran Buang Air Besar. *Holistic Nursing Care Approach*.
- Dewi, T. R. (2022). Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi 3-6 Bulan. *Jurna keperawatan dan kesetan terapan*.
- Dony, S. H., Prasetyo, H., Hadi, S. F., Muhsi, Anwar, H. C., Alfian, et al. (2022). *Keperawatan Anak & Tumbuh Kembang*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Fatmawati, N., Zulfiana, Y., & Yopi, S. P. (2021). Pengaruh Pijat Bayi Perbaikan Berat Badan Bayi. *Jurnal kualitas kesehatan masyarakat*.
- Lufi, D. A., & dkk. (2020). Pengabdian Masyarakat pelatihan Pijat Bayi Sehat. *Article History*.
- Rumiyati, E., Cristiani, B. P., & Safitri, W. (2021). Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Bayi Dan Balita. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Ungu (ABDI KE UNGU) Universitas Aisyah Pringsewu*.