

# EDUKASI TENTANG PIJAT BAYI YANG DAPAT MENINGKATKAN BERAT BADAN BAYI DI DESA TONDOMULYO

Retno Wulan<sup>1\*</sup>, Nopri Padma Nudesti<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Pendidikan Profesi Bidan STIKes Bakti Utama Pati,

<sup>2</sup>Diploma Tiga Kebidanan STIKes Bakti Utama Pati

E-mail: wuland.retno24@gmail.com

## **Abstrak:**

*Pijat bayi adalah sentuhan komunikasi yang nyaman antara ibu dan bayi. Sentuhan alamiah pada bayi sesungguhnya sama dengan tindakan mengurut atau memijat. Dalam menstimulasi perkembangan anak, pijat bayi dapat membantu agar anak memperoleh rangsangan yang sesuai. Pijat bayi merupakan salah satu tradisi yang diwariskan nenek moyang kita yang terbukti khasiatnya dapat membantu menstimulasi perkembangan.*

*Hasil survei awal, diketahui dari 10 ibu balita, 4 ibu mengatakan bahwa tidak pernah memijat sederhana kepada bayinya karena takut, 6 ibu yang lain menyampaikan pernah sesekali sambil melihat tutorial dari youtube. Selain melihat dari youtube, ibu juga pernah mendengar dari tetangga terkait pijat pada bayi.*

*Berdasarkan situasi tersebut, maka disimpulkan bahwa tema pengabdian masyarakat yang akan dilakukan adalah melakukan pelatihan pijat bayi kepada ibu bayi.*

**Kata Kunci:** pijat bayi; pelatihan pijat bayi; edukasi

## **Pendahuluan**

Menurut Permenkes RI No. 66 (2014) agar tumbuh kembang anak optimal diperlukan kondisi yang mendukung diantaranya hubungan anggota keluarga dan lingkungan keluarga yang memberikan kasih sayang, keadaan fisik mental sosial yang sehat, terjangkau oleh pelayanan kesehatan, makanan yang cukup dan gizi seimbang, anak mendapatkan kesempatan memperoleh stimulasi tumbuh kembang dan pendidikan dini di keluarga dan masyarakat, anak mempunyai kesempatan melakukan kegiatan dan bermain permainan yang merangsang perkembangan.

Dalam menstimulasi perkembangan anak, pijat bayi dapat membantu agar anak memperoleh rangsangan yang sesuai. Pijat bayi merupakan salah satu tradisi yang diwariskan nenek moyang kita yang terbukti khasiatnya dapat membantu menstimulasi perkembangan.

Hasil penelitian yang dilakukan Wulan, 2023 diketahui nilai sig  $0,002 < 0,05$  sehingga ada perbedaan pijat bayi menggunakan kandungan minyak kelapa murni terhadap peningkatan berat badan bayi usia 5 – 6 bulan.

Lokasi pengabdian masyarakat yang dipilih adalah Desa Tondomulyo Kecamatan Jakenan Kabupaten Pati yang terletak di pinggiran sungai silugonggo. Penduduk desa berjumlah 2193 warga yang terdiri dari 1112 perempuan, dan 1081 laki-laki. Jumlah total balita sejumlah 149 balita dengan rincian baduta berjumlah 40.

Hasil survei awal, diketahui dari 10 ibu balita, 4 ibu mengatakan bahwa tidak pernah memijat sederhana kepada bayinya karena takut, 6 ibu yang lain menyampaikan pernah sesekali sambil melihat tutorial dari youtube. Selain melihat dari youtube, ibu juga pernah mendengar dari tetangga terkait pijat pada bayi.

Berdasarkan situasi tersebut, maka disimpulkan bahwa tema pengabdian masyarakat yang akan dilakukan adalah melakukan pelatihan pijat bayi kepada ibu bayi.

## **Metode**

Metode yang digunakan yaitu partisipasi guidance yaitu lebih mengutamakan partisipasi dari masyarakat dalam keikutsertaan atau keterlibatan dalam kegiatan yang dilaksanakan yaitu berupa:

1. Melakukan pretest sebelum dilaksanakan kegiatan
2. Pemberian materi tentang pijat bayi yang dapat meningkatkan berat badan bayi.
3. Melakukan simulasi pijat bayi untuk peningkatan berat badan bayi kepada ibu selama 2 hari kegiatan
4. Melakukan pendampingan terhadap kegiatan yang telah terlaksana selama 1 bulan yang dibantu oleh anggota PM.
5. Melakukan posttest setelah dilaksanakan kegiatan untuk mengevaluasi kegiatan.

## Hasil

### 1. Pertemuan I, 27 Maret 2025

Kegiatan diawali dengan pembukaan yang dihadiri oleh kepala Desa, Bidan Desa, Ketua dan Anggota Pengabdian, serta peserta (ibu dan kader). Setelah pembukaan peserta diberikan 10 soal pretest dan dikerjakan selama 10 menit. Dari hasil pre test didapatkan nilai rata-rata yang didapatkan adalah 60, dengan nilai tertinggi adalah 80 dan terendah adalah 40.

Penyampaian teori kepada ibu tentang pijat yang bisa meningkatkan berat badan bayi, bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pijat pada bayi. Penyampaian materi berlangsung 2 jam, dilanjutkan dengan diskusi 1 jam. Dalam penyampaian materi ibu sangat antusias dengan aktif bertanya terhadap gerakan yang dilakukan.

Stimulasi pijat bayi, dilakukan pada area kaki, perut, dada, tangan, muka, dan punggung. Total keseluruhan gerakan ada 12 gerakan. Gerakan ini dapat dilakukan sebelum dan setelah mandi, serta harus dipastikan kondisi bayi nyaman. Peserta mampu melakukan pijat walaupun belum sistematis sesuai dengan prosedur yang ditetapkan. Seluruh peserta mempraktikkan satu per satu gerakan pijat dan diperhatikan oleh narasumber langsung.

Setelah selesai stimulasi, disampaikan bahwa hari kedua ibu akan melakukan praktik secara langsung bersama kader. Serta akan dilakukan evaluasi pada 1 bulan berikutnya.

### 2. Pertemuan II, 17 April 2025

Pada hari Kamis, 17 April 2025, dilakukan praktik dengan pembagian 2 kelompok. Kelompok 1 di mentori oleh bu Wulan, sedangkan kelompok 2 di mentori oleh bu Nopri.

Selama kegiatan berlangsung, terdapat beberapa temuan, yaitu:

1. Ibu masih belum yakin sata melakukan gerakan pada area kaki
2. Belum melakukan tindakan pijat secara sistematis

Temuan tersebut sudah dilakukan pendampingan lagi dan pengarahan, sehingga peserta (ibu dan kader) telah bisa melakukan tindakan walau masih belum begitu hafal.

Selesai praktik pijat, selanjutnya dilakukan post test dengan 10 pertanyaan, dengan nilai rata-rata adalah 85,2 dengan skor nilai tertinggi 100 dan terendah 70. Kegiatan kemudian ditutup oleh tim, dan akan dilanjutkan pendampingan selama 1 bulan. Adapun pendampingan dilakukan secara terjadwal sebagai berikut:

- 3) Edukasi tentang pijat bayi yang dapat meningkatkan berat badan bayi di Desa Tondomulyo

No	Waktu	Jumlah ibu bayi
1	Minggu ke-1	4
2	Minggu ke-2	4
3	Minggu ke-3	4
4	Minggu ke-4	3

Pendampingan yang dilakukan dengan melihat/ mengobservasi gerakan-gerakan pijat yang dilakukan ibu apakah sudah sesuai SOP ataukah belum.

### 3. Evaluasi

Seluruh peserta dikumpulkan kembali dan dilakukan evaluasi dari kegiatan yang telah dilaksanakan yaitu pendampingan selama 1 bulan. Adapun hasil sebagai berikut:

1. Ibu telah melakukan pijat ke bayi selama 4 minggu.
2. Saat dilakukan observasi, ibu sudah benar dalam melakukan sentuhan pada area kaki, perut, tangan, punggung, dada dan muka
3. Bayi menjadi lebih meningkat nafsu makan dan minum ASI
4. Hasil penimbangan di Posyandu didapatkan kenaikan berat badan dengan rata-rata 0,5 kg.

### Diskusi

Setelah 1 bulan dilakukan observasi, diketahui bahwa ada perubahan signifikan terhadap berat badan bayi yaitu mengalami peningkatan. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Wulan, 2023 bahwa terdapat perbedaan peningkatan berat badan bayi setelah dilakukan pemijatan rutin. Adapun hasil penelitian p value  $0,00 < 0,005$  sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kearifan lokal: pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi. Pijat bayi merupakan salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan ibu dan anak yang ada di masyarakat.

- 4) Edukasi tentang pijat bayi yang dapat meningkatkan berat badan bayi di Desa Tondomulyo

## Kesimpulan

Dalam pengabdian kepada masyarakat dapat disimpulkan bahwa:

1. Pengetahuan ibu tentang pijat bayi yang bisa meningkatkan berat badan bayi dengan nilai pre dan post test ada peningkatan nilai.
2. Keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi sudah sesuai dengan checklist tindakan.

## Pengakuan/Acknowledgements

Ucapan terima kasih atau pengakuan kepada STIKes Bakti Utama Pati, Desa Tondomulyo yang turut terlibat secara langsung atau tidak langsung dalam mensukseskan kegiatan program pengabdian masyarakat.

## Daftar Referensi

- Anzar A, Wulan R. 2021. *Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi Usia dibawah Dua Tahun di Desa Winong Pati*. Jurnal Ilmiah Kebidanan dan Kesehatan STIKes Bakti Utama Pati: 12 (1) Hlm 26-28.
- Ayuningtyas Ika Fitria. 2019. *Kebidanan Komplementer Terapi Komplementer dalam Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru.
- Dewi U, Aminin F, Gunnara H.2014. *Pengaruh Pemijatan terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 3-4 Bulan Di Posyandu Gelatik dan Nuri Kelurahan Tan-jungungat Wilayah Kerja Puskesmas Sei Jang Kota Tanjungpinang Tahun 2014*. Jurnal Ners dan Kebidanan. 3(1). doi: 10.26699/jnk.v1i3.ART.p2-30-235
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. 2019. *Profil Kesehantaran Indonesia Tahun 2018*. Jakarta: Kemeterian Kesehatan RI.
- Wulan, R., Nudesti, N. P., & Wijayanti, I. T. (2023). *Efektifitas Kearifan Lokal: Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Bayi di Pati Jawa Tengah*. Jurnal Ilmu Kesehatan Bhakti Husada: Health Sciences Journal, 14(02), 278-283.