

## **IBM Pelatihan Pijat Bayi Bagi Kader Posyandu Balita di Puskesmas Labuhan Rasoki Kecamatan Padangsidimpuan Tenggara**

**Sri Sartika Sari Dewi, Arinil Hidayah**  
**Stikes Aufa Royhan Padangsidimpuan**  
[srisartikasari82@gmail.com](mailto:srisartikasari82@gmail.com), [arinilhidayah1987@gmail.com](mailto:arinilhidayah1987@gmail.com)

### **ABSTRAK**

Program Kemitraan Masyarakat yang dilaksanakan pada manuskrip ini adalah Pelatihan pijat bayi bagi kader posyandu balita. Pemijatan pada bayi akan merangsang nervus vagus. Saraf ini akan meningkatkan peristaltik usus, sehingga pengosongan lambung lebih cepat dengan demikian akan merangsang nafsu makan bayi untuk makan lebih lahap dalam jumlah yang cukup. Disisi lain pijat bayi juga dapat memperlancar peredaran darah dan meningkatkan metabolisme sel, sehingga berat badan bayi akan meningkat. Mitra dalam pelaksanaan PKM ini adalah kader posyandu balita di Puskesmas Labuhan Rasoki. Permasalahan yang ditemukan adalah rendahnya cakupan pemberian ASI eksklusif pada bayi dan pertumbuhan perkembangan bayi balita tidak optimal ditandai dengan berat badan tidak sesuai dengan usia. Pelaksanaan PKM diawali dengan koordinasi dengan petugas KIA untuk menghubungi ketua kader dan anggotanya yang akan menjadi peserta kegiatan. Kegiatan ini dilaksanakan sebanyak 3x pertemuan. Peserta dalam kegiatan ini berjumlah 35 orang. Pada pertemuan pertama dibagikan kuesioner untuk melihat pengetahuan kader, selanjutnya dilaksanakan kegiatan pendidikan kesehatan tentang pijat bayi, lalu dibagikan lagi kesioner. Pada pertemuan kedua dilaksanakan pelatihan pijat bayi. Pada pertemuan ketiga dilaksanakan pendampingan pijat bayi. Selama pelaksanaan kegiatan peserta selalu antusias dan bersemangat dalam mengikuti rangkaian kegiatan. Setelah selesai pelaksanaan PKM ini kader posyandu balita telah mampu melaksanakan pijat bayi.

**Kata Kunci: Pijat Bayi, Kader Posyandu Balita**

### **ABSTRACT**

*The Community Partnership Program implemented in this manuscript is a baby massage training for Kader Posyandu of Toddler. Massage in the baby will stimulate the vagus nerve. This nerve will increase intestinal peristalsis, so that emptying of the stomach faster will thus stimulate the baby's appetite to eat more in an adequate amount. On the other hand baby massage can also improve blood circulation and increase cell metabolism, so that the baby's weight will increase. Partners in the implementation of this PKM are posyandu cadres under five at the Labuhan Rasoki Puskesmas. The problems found are the low coverage of exclusive breastfeeding to infants and the growth of infant development is not optimal, marked by body weight that is not age-appropriate. The PKM implementation begins with coordination with the KIA officer to contact the cadre leader and members who will be the participants of the activity. This activity was held 3 times. Participants in this activity totaled 35 people. In the first meeting questionnaires were distributed to see the cadres' knowledge, health education activities were carried out about infant massage, then questionnaires were distributed again. At the second meeting baby massage training was held. At the third meeting, baby massage assistance was carried out. During the implementation of the activity the participants were always enthusiastic and enthusiastic in participating in the series of activities. After completing the PKM implementation, the Kader Posyandu of toddlers was able to carry out baby massage.*

**Keywords: Baby Massage, Kader Posyandu of Toddler**

## **1. PENDAHULUAN**

Puskesmas Labuhan Rasoki merupakan salah satu Puskesmas yang ada di bagian Tenggara Kota Padangsidempuan tepatnya di Desa Labuhan Rasoki dengan luas wilayah  $\pm 14,197 \text{ km}^2$ . Wilayah kerja puskesmas Labuhan Rasoki terdiri dari 5 desa, 7 posyandu yaitu posyandu cemara, delima, cempaka, melati, cendana, mawar dan mawar 1 dengan jumlah kader posyandu balita sebanyak 35 orang. Puskesmas Labuhan Rasoki berjarak lebih  $\pm 16 \text{ km}^2$  dari Stikes Aufa Royhan Padangsidempuan dan terletak di wilayah kerja Kecamatan Padangsidempuan Tenggara.

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan diperoleh hasil wawancara dari pihak puskesmas bahwa di puskesmas Labuhan Rasoki tidak terdapat layanan pijat bayi dan belum pernah dilaksanakan pendidikan kesehatan dan pelatihan pijat bayi pada kader posyandu balita.

Berdasarkan hasil penelitian di RSU Salewangang Maros, menunjukkan bahwa ada pengaruh positif pemijatan bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pemijatan yang dilaksanakan secara teratur pada bayi akan memicu aksi saraf dan merangsang nervus vagus yang akan meningkatkan peristaltik usus, sehingga penyerapan makanan dalam tubuh akan lebih maksimal. Nafsu makan bayi akan bertambah sehingga pemberian ASI eksklusif bisa meningkat dan berat badan bayi akan bertambah (Kalsum, 2014). Hasil penelitian diketahui bahwa pijat bayi efektif meningkatkan berat badan bayi usia 0-3 bulan (Mutmainnah, dkk). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Kabupaten Sleman tepatnya di Desa Margodadi, bahwa ada pengaruh signifikan pijat bayi terhadap tumbuh kembang sebelum dan sesudah treatment dengan  $p \text{ value } 0,025 < \alpha (0,05)$  (Nugrohowati, 2015).

Maka berdasarkan fenomena diatas, penulis tertarik untuk melaksanakan Program Kemitraan Masyarakat (PKM) berupa pelatihan pijat bayi bagi kader posyandu balita di Puskesmas Labuhan Rasoki sehingga tumbuh kembang bayi bisa optimal dan capaian pemberian ASI eksklusif bisa meningkat.

## **Permasalahan**

Berdasarkan Profil Puskesmas Labuhan Rasoki Tahun 2016, jumlah bayi di Puskesmas Labuhan Rasoki sebanyak 132 orang, dengan capaian pemberian ASI eksklusif masih sangat rendah yaitu 2,3%. Angka tersebut sangat jauh dibawah target nasional yaitu 80%. Jumlah balita sebanyak 546 orang, yang mengalami gangguan pertumbuhan dan perkembangan sebanyak 2,2% dipantau dari Kartu Menuju Sehat (KMS), berat badan bayi ditimbang berada di bawah garis merah (BGM) yang merupakan warning untuk konfirmasi dan segera ditindaklanjuti agar tidak berujung mengalami gizi buruk.

Puskesmas Labuhan Rasoki memberikan pelayanan posyandu bagi bayi dan balita sekali dalam sebulan. Selama ini dalam memberikan pelayanan kesehatan, Puskesmas bekerjasama dengan posyandu yang melayani pencatatan tumbuh kembang anak, pemberian imunisasi, pemberian vitamin dan mendeteksi penyakit yang diderita anak. Kader posyandu balita belum mengetahui tentang manfaat pijat bayi dan bagaimana cara melakukan pijat bayi yang benar.

Kurangnya pengetahuan menyebabkan kader kesehatan tidak memberikan informasi kepada orang tua yang mempunyai bayi, sehingga orang tua tidak melakukan stimulus/pijat bayi kepada bayinya karena belum mengetahui cara pijat yang benar dan manfaat yang ditimbulkan jika dilakukan pijat bayi secara rutin. Sehingga diperlukan pemberian pendidikan kesehatan dan pelatihan kepada kader agar dapat memberikan pelayanan kesehatan kepada bayi dan penyuluhan kepada orang tua tentang manfaat pijat bayi, manfaat pemberian ASI eksklusif dan deteksi dini tumbuh kembang pada anak agar di masa golden age ini anak bisa tumbuh dengan optimal untuk menghadapi tantangan di masa depan.

## **2. METODE PELAKSANAAN**

### **1.1 Bentuk kegiatan**

Adapun bentuk kegiatan yang akan dilakukan dalam pengabdian kepada masyarakat ini adalah peningkatan pengetahuan kader melalui pendidikan kesehatan, pelatihan dan

pendampingan pijat bayi bagi kader posyandu Balita.

### **1.2 Lokasi kegiatan**

Kegiatan ini akan dilakukan di Puskesmas Labuhan Rasoki Kecamatan Padangsidempuan Tenggara Kota Padangsidempuan

### **1.3 Peserta kegiatan**

Kegiatan ini melibatkan kader posyandu balita yang bersedia mengikuti pelatihan pijat bayi.

### **1.4 Prosedur pelaksanaan**

1. Pelaksana dan tim akan menjelaskan tujuan dari kegiatan kepada kader posyandu balita
  2. Pelaksana dan tim memberikan pendidikan kesehatan kepada kader posyandu balita
  3. Pelaksana dan tim melakukan pelatihan pijat bayi ;
1. Persiapan Memijat Bayi
    - a. **Waktu yang tepat**
      - 1). Pagi hari
        - Pemijatan dapat dilakukan pagi hari sebelum mandi, jangan langsung memijat bayi usai ia makan/disusui, saat ia sakit, memijat paksa, dan memaksakan posisi saat memijat.
      - 2). Malam hari
        - Setelah pemijatan, biasanya bayi akan santai dan mengantuk, hal ini berguna untuk membantu bayi tidur lebih nyenyak.
      - 3). Tangan yang aman untuk memijat
        - Sebelum memijat, pastikan tangan anda bersih dan hangat
        - Periksa kuku dan perhiasan untuk menghindari goresan pada kulit bayi
      - 4). Ruang yang nyaman
        - Ruang yang nyaman untuk melakukan pemijatan adalah :
          1. Ruang yang kering dan tidak pengap
          2. Ruangan yang hangat tetapi tidak panas.
          3. Ruangan yang penerangnya cukup dan tidak berisik. Untuk menciptakan ketenangan, pastikan suara yang mengisi ruangan adalah suara ibu, ayah, iringan musik lembut, seperti memutar music klasik dari Mozart, sebagainya.
        - 4. Ruangan tanpa aroma menyengat

### **b. Peralatan Yang Harus Disiapkan**

Menurut Prasetyono (2009), Peralatan yang dibutuhkan sebelum melakukan pemijatan antara lain :

1. Alas yang empuk dan lembut
    - Misalnya kasur atau busa yang dilapisi dengan kain lembut. Luas alas ini sebesar ukuran bayi agar ibu dapat bergerak dengan bebas. Alas ini sebaiknya dalam posisi datar.
  2. Handuk atau lap, popok dan baju ganti
    - Handuk atau lap digunakan untuk membersihkan sisa-sisa minyak yang menempel dikulit bayi. Popok untuk menutup bagian tubuh bayi setelah dipijat Baju ganti untuk mengganti baju lama usai pemijatan.
  3. Minyak untuk memijat
    - Minyak digunakan sebagai pelumas (lubricant) bersifat melicinkan permukaan kulit bayi dan tangan ibu sehingga memudahkan ibu dalam berbagai gerakan urut dan membuat bayi merasa nyaman. Tujuan pelumas ini adalah merawat kulit si kecil agar tetap lembut dan sehat tanpa terpengaruh oleh bekas gesekan pijat. Minyak yang cocok adalah minyak zaitun (olive oil), minyak dara (virgin coconut oil), minyak telon (baby oil), minyak kelapa (minyak klentik), minyak kelapa sawit, bias juga menggunakan losion. Hal ini karena sifatnya yang lembut dan melembabkan.
  4. Air dan waslap
    - Siapkan air hangat beserta handuk kecil dan waslap untuk menyeka bayi dari bekas minyak usai pemijatan.
2. Teknik memijat bayi

Menurut Prasetyono (2013), terdapat beberapa pedoman teknik pemijatan bayi yang dapat dipergunakan sebagai dasar pijat bayi. Setiap gerakan yang diberikan pada masing-masing teknik dapat diulang sebanyak lima sampai enam kali tergantung kebutuhan :

    - a. Kaki

Manfaat: Bagi bayi yang sedang belajar berjalan, pijatan di bagian ini

berguna untuk menguatkan otot dan saraf motorik di bagian kaki. Selain itu, pijat kaki juga bisa meredakan rasa pegal usai bayi belajar berjalan.



#### 1. Memerah susu

- Dalam teknik ini, peganglah kaki bayi pada pergelangan kaki seperti memegang tongkat pemukul. Kemudian gerakan tangan ke pergelangan kaki secara bergantian seperti memerah susu. Atau, dengan arah yang sama, gunakan kedua tangan secara bersamaan mulai dari pangkal paha dengan gerakan memeras, memijat dan memutar kedua kaki bayi secara lembut.

#### 2. Telapak kaki

- Untuk memijat telapak kaki bayi, caranya yakni tidak dipijat-pijat tetapi diurut menggunakan ibu jari secara bersamaan pada seluruh permukaan telapak kaki dari arah tumit ke jari-jari.

#### 3. Jari

- Pijatlah dengan lembut jari-jari kaki satu persatu dengan gerakan memutar menjauhi telapak kaki dan akhiri dengan tarikan lembut pada setiap ujung jari.

#### 4. Punggung kaki

- Gunakan kedua ibu jari untuk membuat lingkaran disekitar kedua mata kaki sebelah dalam dan luar. Kemudian urutlah dengan lembut seluruh punggung kaki dengan kedua ibu jari secara bergantian dari pergelangan kaki ke arah jari.

#### 5. Betis

- Pada bagian betis kaki dengan salah satu tangan anda, kemudian remas-

remas dari pangkal lutut menuju pergelangan kaki. Gerakan ini dapat diulang berkali-kali.

#### 6. Paha

- Pada bagian paha, pemijatan dilakukan dengan cara meremas dan memutar. Pegang bayi pada bagian pangkal paha dengan kedua tangan secara bersamaan, kemudian buatlah gerakan meremas dengan lembut sambil memutar kedua belah tangan yang dimulai dari pangkal paha hingga ke arah mata kaki.

#### 7. Mengayuh sepeda

- Bagian akhir ini semua kaki dipijat, yakni dengan merapatkan kedua kaki bayi, lalu letakkan kedua tangan secara bersamaan pada pangkal paha. Kemudian, lakukan usapan-usapan dengan lembut dan halus pada kedua kaki bayi dari atas ke bawah.
- Terakhir, untuk melemaskan otot-otot perut dan pangkal paha, kedua lutut ditekuk pelan-pelan dan dengan lembut menuju ke permukaan perut bayi. Atau, masing-masing tangan memegang pergelangan kaki, kemudian gerakkan kedua kaki bayi secara bergantian seperti sedang mengayuh sepeda.

#### b. Perut

Manfaat : membantu bayi yang sulit buang air besar dan mengatasi perut kembung.



#### 1. Bulan – matahari

- Disebut gerakan bulan - matahari karena gerakan yang harus dibentuk adalah membuat lingkaran dengan ujung-ujung jari tangan mulai dari perut sebelah kanan bawah (daerah usus buntu) sesuai arah jarum jam, kemudian kembali ke arah kanan bawah (seperti bentuk bulan) diikuti oleh tangan kiri yang selalu membuat

bulatan penuh (seperti bentuk matahari).

#### 2. Ibu jari kesamping

- Cara lain adalah dengan membayangkan ada gambar jam pada perut bayi. Perut bayi bagian paling atas dianggap jam 12, bagian perut bawah di anggap jam 6, lalu buat gerakan berikut: buat lingkaran searah jarum jam dengan tangan kanan anda dibantu dengan tangan kiri dimulai pada jam 8 (didaerah usus buntu).

#### 3. Gerakan I love You

- Posisikan bayi terlentang dengan bertelanjang dada. Gerakan pertama membentuk huruf "T" dengan melakukan usapan mulai dri dada kiri atas turun sampai kerusuk kiri. Gerakan kedua, bentuk huruf "L" dengan melakukan usapan mulai dari dada kanan atas turun ke rusuk atas lalu disambung rusuk kiri. Gerakan ketiga, bentuk huruf "J" dengan usapan dari dada kanan atas turun kerusuk kanan, disambung sampai rusuk kiri lalu diteruskan ke dada kiri atas.

#### 5. Gerakan jari berjalan

- Letakkan ujung-ujung jari pada pada perut bayi bagian kanan bawah dan buatlah gerakan dengan tekanan sesuai arah jarum jam dari kiri bawah guna memindahkan gelembung-gelembung udara yang terselip di balik kulit. Dengan kedua telapak tangan, buatlah gerakan dari tengah dada ke samping luar seolah sedang meratakan lipatan kertas.

#### c. Dada

Manfaat : membantu pernapasan bayi, terutama jika bayi sedang flu atau batu



#### 1. Gerakan Jantung

- Teknik ini yaitu dengan membuat gerakan yang membentuk gambar jantung dengan meletakkan ujung-ujung jari kedua tangan anda di ulu

hati, setelah itu, gerakkan tangan ke atas tulang selangka dan berakhir ke posisi semula dibawah ulu hati. Gerakan tadi seolah membuat gambar jantung.

#### 2. Menyilang

- Gerakan menyilang dimulai dari tangan kanan yang memijat menyilang dari ulu hati ke arah bahu kiri dan kembali ke arah ulu hati.

#### 3. Lingkaran kecil

- Buatlah gerakan lingkaran kecil disekitar puting susu e.Tangan

Manfaat : Gerakan ini memperlancar peredaran darah dan merangsang otot serta saraf motorik tangan bayi.



#### 1. Perlahan cara India

Teknik perlahan cara India bermanfaat untuk relaksasi otot dan arahnya menjauhi tubuh.

- Caranya, peganglah lengan bayi dengan kedua telapak tangan mulai dari pundak seperti memegang gagang senter. Kemudian, gerakkan tangan kanan dan kiri kebawah secara bergantian dan berulang-ulang seolah sedang memerah susu sapi. Atau, kedua tangan melakukan memeras, memijat dan memutar secara lembut pada lengan bayi mulai dari pundak hingga pergelangan tangan

#### 2. Memijat ketiak

- Gerakan memijat ketiak ini, pertama angkat tangan bayi dengan salah satu tangan anda. Kemudian, buatlah gerakan memijat pada wilayah ini, lalu menurun hingga ke bagian tulang rusuk dan perut.

- Yang perlu diperhatikan adalah bila wilayah ketiak ini terdapat benjolan atau terdapat pembengkakan kelenjar, sebaiknya jangan memijat pada wilayah ini.

### 3. Pergelangan tangan

- Pemijatan pergelangan tangan ini dimulai dari pergelangan tangan (siku) kearah pundak. atau, dengan kedua tangan lakukan gerakan memeras, memutar dan memijit secara lembut pada lengan bayi mulai dari pergelangan tangan ke pundak.

### 4. Telapak tangan

- Dengan kedua ibu jari, pijatlah telapak tangan seolah membuat lingkaran – lingkaran kecil dari pergelangan tangan ke arah jari – jemari. Sedangkan keempat jari lainnya memijat punggung tangan.

### 5. Jari

- Pijat jari bayi satu – persatu menuju ujung jari dengan gerakan memutar. Akhiri gerakan ini dengan tarikan pada tiap ujung jari. Dalam tarikan ujung jari ini, anda bisa membunyikan suara “tak” dari lidah, sehingga bila si bayi mendengar suara itu dia akan tampak gembira

### 6. Gerakan menggulung

- Gerakan ini seperti menggulung sebatang pensil dengan kedua tangan. Caranya, anda pegang lengan bayi bagian atas/bahu dengan kedua telapak tangan. Kemudian, gerakkan kedua telapak tangan maju dan mundur seolah sedang menggulung bergerak naik dimulai dari pangkaal lengan menuju pergelangan tangan/jari-jari.

### e. Muka

Manfaat : Gerakan menekan wajah dan kepala si kecil akan menghindarkannya dari potensi kerusakan saraf wajah, membangun kemampuan otot leher untuk menoleh ke kiri dan kanan, dan memperkuat otot tengkuk. Setiap sentuhan ibu juga akan membangun stimulus bagi kelancaran sensor saraf penglihatan, pendengaran, dan penciuman serta membantu si kecil mengelola otot sekitar mulut agar

kemampuan bicaranya cepat berkembang.



### 1. Membasuh muka

- Tutuplah wajah bayi dengan kedua telapak tangan anda dengan lembut sambil bicara pada bayi secara halus. Gerakan kedua tangan anda kesamping pada kedua sisi wajah bayi seperti gerakan membasih muka. Cara seperti ini dapat dilakukan sambil bermain “ciluk-ba”.

### 2. Dahi

- Arah gerakan memijat dahi seperti arah membasuh muka. Caranya, letakkan jari-jari kedua tangan anda pada pertengahan dahi. Tekan dengan lembut bagian ini mulai dari tengah dahi bayi kearah samping kanan dan kiri. Setelah itu, gerakan ke bawah ke daerah pelipis dan buatlah lingkaran – lingkaran kecil di pelipis, kemudian gerakan kearah dalam melalui daerah bawah pelipis dibawah mata.

### 3. Alis

- Memijat bagian alis mata caranya ialah dengan meletakkan kedua ibu jari anda diantara kedua alis mata. Lalu, pijat bagian atas mata/alisis mulai dari tangan kesamping searah dengan bulu rambut alis.

### 4. Dagu

- Pijatan pada dagu ini atau rahang bawah, pegang pipi kiri dan kanan dengan kedua tangan dan kedua ibu jari diletakkan ditengah dagu bawah mulut. selanjutnya adalah menekan dua ibu jari pada dagu, lalu kesamping menuju ke arah pipi bawah atau samping mulut.

### 5. Lingkaran kecil dirahang

- Gunakan jari telunjuk kedua tangan anda untuk membuat lingkaran kecil diseperti wilayah rahang bayi. Berhati-hatilah, mungkin di wilayah ini rahang

bayi sedikit sensitive menerima tekanan yang agak sedikit keras.

#### 6. Belakang telinga

- Dengan tekanan lembut, gerakkan jari-jari kedua tangan anda mulai dari belakang telinga membentuk lingkaran-lingkaran kecil diseluruh kepala

#### f. Punggung

Manfaat : Tubuh bayi, terutama punggung, akan terasa pegal saat ia terlalu lama digendong atau tidur di kasur dalam posisi yang sama selama beberapa waktu. Pijat ini bermanfaat untuk merelaksasi punggungnya dan menghindari perkembangan tulang belakang bayi yang tidak sempurna.



#### 1. Gerakan maju mundur (kuda goyang)

- Bayi ditidurkan tengkurap dengan posisi kepala disebelah kiri dan kaki disebelah kanan anda. Lalu, pijatlah punggung bayi hingga ke bawah leher dengan gerakan maju dan mundur dengan kedua telapak tangan. Lalu kembali dari bawah leher sampai ke bokong bayi.

#### 2. Usapan punggung

- Tahan bokong bayi dengan tangan kanan, lalu dipijit punggung bayi dengan telapak tangan kiri anda mulai dari leher sampai bokong dimana tangan kanan berada. Pegang kedua pergelangan kaki bayi dengan tangan kanan anda, kemudian usap yang dimulai dari pinggang hingga tumit.

### 3. HASIL

Pelaksanaan kegiatan PKM ini dimulai dari tanggal 18 Maret 2019 dengan mengajukan surat izin permohonan pelaksanaan kegiatan PKM kepada Kepala Puskesmas Labuhan Rasoki. Selanjutnya kegiatan yang dilakukan adalah koordinasi dengan petugas KIA untuk

menghubungi ketua kader yang akan menjadi peserta kegiatan. Setelah bertemu dan komunikasi dengan ketua kader, maka dilakukan penentuan jadwal pelaksanaan kegiatan. Peserta yang ikut dalam kegiatan ini berjumlah 35 orang kader posyandu balita.

Rangkaian kegiatan dimulai dari tanggal 18 Maret 2019 dan berakhir di tanggal 03 Juli 2019. Kegiatan dilaksanakan dalam 3 tahap, dimana tahap pertama melaksanakan pendidikan kesehatan, tahap kedua pelatihan pijat bayi bagi kader, dan tahap ketiga pendampingan pijat bayi bagi kader. Pelaksanaannya dimulai dari pukul 08.00 wib sampai 12.00 wib.

Kegiatan dimulai dari pembagian kuesioner kepada peserta untuk melihat pengetahuan kader sebelum dilaksanakan kegiatan yang disampaikan oleh tim PKM. Setelah selesai pengisian kuesioner kemudian dilaksanakan pendidikan kesehatan tentang pijat bayi. Pada saat kegiatan berlangsung peserta terlihat antusias dan bersemangat mendengarkan setiap materi pijat bayi yang dijelaskan. Adapun skor pengetahuan kader tentang pijat bayi ditunjukkan pada tabel berikut.

**Tabel 4. Skor Pengetahuan Kader tentang pijat bayi sebelum dilakukan pendidikan kesehatan**

No	Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	5	14,2
2	Cukup	9	25,8
3	Kurang	21	60
Total		35	100

Berdasarkan tabel diatas mayoritas kader memiliki pengetahuan kurang sebanyak 21 orang (60%), minoritas berpengetahuan baik sebanyak 5 orang (14,2 %). Sebelum dilaksanakan pendidikan kesehatan kepada kader tentang pijat bayi.

**Tabel 5. Skor Pengetahuan Kader tentang pijat bayi setelah dilakukan pendidikan kesehatan tentang pijat bayi**

No	Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	23	65,8
2	Cukup	7	20
3	Kurang	5	14,2
Total		35	100

Berdasarkan tabel diatas mayoritas kader memiliki pengetahuan baik sebanyak 23 orang (65,8 %), minoritas berpengetahuan kurang sebanyak 5 orang (14,2 %). Setelah dilaksanakan pendidikan kesehatan kepada kader tentang pijat bayi.

Setelah pelaksanaan pendidikan kesehatan, peserta kemudian mengikuti kegiatan pelatihan pijat bayi yang dipandu oleh trainer pijat bayi. Peserta sangat antusias dalam melakukan setiap gerakan pijat bayi yang didemonstrasikan oleh trainer. Setelah pelatihan, kemudian dilaksanakan kegiatan pendampingan kader saat melakukan pijat bayi, kemudian di observasi dengan menggunakan lembar checklist untuk melihat keterampilan kader melakukan pijat bayi.

**Tabel 6. Kategori Keterampilan Kader tentang pijat bayi setelah dilakukan pelatihan dan pendampingan pijat bayi**

No	Kategori Keterampilan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Terampil	5	14,2
2	Tidak Terampil	30	85,8
Total		35	100

Untuk menambah kebermanfaatn kegiatan dihari terakhir pelaksana PKM juga melakukan edukasi kesehatan dan melakukan diskusi dengan seluruh peserta terkait pijat bayi. Sehingga kegiatan yang telah dilaksanakan selama ini dapat lebih berkesan bagi seluruh peserta. Berdasarkan hasil observasi, setelah dilakukan pelatihan dan pendampingan pijat bayi, semua kader posyandu balita sudah bisa melakukan pijat bayi tetapi masih banyak yang belum terampil dalam melakukan pijat bayi karena belum terbiasa.

Pelaksanaan kegiatan PKM ini berhasil menambah pengetahuan dan keterampilan kader posyandu balita khususnya tentang pijat bayi di Puskesmas Labuhan Rasoki. Semua peserta yaitu kader berjumlah 35 orang sangat antusias dengan adanya kegiatan ini, mereka berharap kegiatan ini akan dilaksanakan secara terus menerus.

Pada saat ini proses publikasi pengabdian masyarakat berada pada tahap penyusunan draft dan pada awal bulan September akan disubmit di jurnal kesehatan ilmiah Indonesia untuk dapat dipublikasikan. Publikasi artikel di

media massa juga sedang dilakukan yaitu pada proses penyusunan draft naskah artikel yang akan dipublikasikan melalui Sumatera Tenggara Post.

#### **4. PEMBAHASAN**

Pelatihan Pijat Bayi bagi Kader Posyandu Balita yang telah dilaksanakan merupakan langkah awal untuk mengaktifkan kader dalam meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi balita secara optimal khususnya di wilayah kerja Puskesmas Labuhan Rasoki. Mulai dari awal pelaksanaan hingga akhir pihak Puskesmas Labuhan Rasoki selalu dilibatkan secara aktif dalam program ini. Tujuan keterlibatan Puskesmas Labuhan Rasoki adalah untuk dapat meneruskan kegiatan ini setelah program PKM berakhir. Petugas Puskesmas melalui pemegang program KIA telah mampu dan paham untuk melanjutkan kegiatan pelatihan pijat bayi secara berkelanjutan. Pelatihan pijat bayi bagi kader posyandu balita ini diharapkan mampu untuk menjadi pionir pelaksanaan program untuk selanjutnya.

Tahapan yang akan dilaksanakan berikutnya adalah :

1. Kerjasama antara Stikes Aufa Royhan Padangsidempuan dengan Puskesmas Labuhan Rasoki terkait dengan pelatihan pijat bayi bagi kader posyandu balita.
2. Berbagi peran dalam kegiatan pemantauan tumbuh kembang bayi dan balita
3. Pemberdayaan masyarakat khususnya kader pada program peningkatan kesehatan bayi dan balita

#### **5. KESIMPULAN DAN SARAN**

Setelah dilakukan kegiatan pendidikan kesehatan kepada kader tentang pijat bayi pengetahuan kader meningkat dibandingkan sebelum dilakukan pendidikan kesehatan. Kemampuan kader meningkat dalam melakukan pijat bayi setelah dilakukan kegiatan pelatihan dan pendampingan pijat bayi. Setelah dilakukan kegiatan pelatihan dan pendampingan pijat bayi, beberapa kader sudah mulai terampil dalam melakukan pijat bayi.

Kepada pihak pemerintahan dalam hal ini khususnya petugas kesehatan di Puskesmas

Labuhan Rasoki agar menjadikan program pijat bayi menjadi salah satu program promosi kesehatan untuk meningkatkan pertumbuhan dan perkembangan bayi dan balita. Kepada kader posyandu balita agar mulai aktif dalam melakukan pijat bayi kepada bayi dan balita khususnya yang datang ke posyandu.

## **6. DAFTAR PUSTAKA**

- Vivian, , L. D. (2010). *Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Jakarta : Salemba Medika
- Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia. (2007). *Standar Profesi Bidan*. Jakarta : Kepmenkes RI
- Health, Alam and Bainbridge Nicki. (2007). *Baby massage : Kekuatan Menenangkan dari Sentuhan*. Jakarta : Dian Rakyat
- Kalsum, Umami. (2014). *Peningkatan Berat Badan Bayi Melalui Pemijatan*. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, Volume 17 N0. 1, Maret 2014, Hal 25-29, pISSN 1410-4490, eISSN 2354-9203
- Mutmainnah, Maratul, Sri Hartini, Achamd Solechan. (2017). *Efektifitas Pijat Bayi Terhadap Berat Badan Bayi Usia 0-3 Bulan di SMC RS Telogorejo*.
- Nugrohowati, Raras. (2015). *Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Usia 0-12 Bulan di Desa Margodadi Kecamatan Seyegan Kabupaten Sleman*. Naskah Publikasi.
- Profil Puskesmas Labuhan Rasoki. (2016)
- Prasetyono. (2009). *Teknik-teknik Tepat Memijat Bayi Sendiri*. Yogyakarta : DIVA Press
- Prasetyono. (2013). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Yogyakarta : Buku Biru

