

**PENYULUHAN DAN PELAKSANAAN PIJAT PADA BAYI DI DESA
SIMATOHIR KECAMATAN PADANGSIDIMPUAN ANGKOLA
JULU TAHUN 2020**

Rosmainun

**Dosen Program Studi D-III Kebidanan Akademi Kebidanan Sentral
rosmainun88@gmail.com**

ABSTRAK

Anak memiliki nilai yang sangat tinggi untuk keluarga dan bangsa. Dan tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetika, lingkungan, perilaku dan rangsangan atau stimulasi yang berguna. Salah satu faktor paling penting untuk perkembangan bayi yang sehat dan bahagia adalah sentuhan penuh kasih dari ibu. Penelitian menunjukkan bahwa sentuhan dan pijat bayi rutin dari orang tua menjadi faktor yang penting untuk pertumbuhan, komunikasi, dan proses belajar pada bayi. Sentuhan dan pijat pada bayi setelah kelahiran dapat memberi jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan guna mempertahankan perasaan aman pada bayi. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan ibu dalam melaksanakan pijat bayi terhadap bayinya. Bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini brosur. Dengan metode pemberian konseling terhadap ibu-ibu yang memiliki bayi, kemudian pelaksanaan pijat bayi guna mengajarkan ibu cara memijat bayi sendiri di rumah yang memiliki banyak manfaat baik terhadap bayi, dan juga manfaat bagi ibu. Ibu diajarkan beberapa teknik dalam memijat bayi. Dengan Pengabdian ini ibu lebih paham manfaat pijat bayi tidak sekedar memijat bayi saat sakit saja. Diharapkan kepada Bidan Desa untuk mengaktifkan program terkait pelaksanaan pijat pada bayi.

Kata Kunci : Penyuluhan, Pelaksanaan, Pijat Bayi

Abstract

Children have a very high value for the family and the nation. And achieving optimal growth and development is the result of the interaction of various interrelated factors, namely genetics, environment, behavior and stimuli or stimuli that are useful. One of the most important factors for a healthy and happy development of a baby is the loving touch of the mother. Research shows that regular infant touch and massage from parents is an important factor for infant growth, communication and learning. Touch and massage for babies after birth can guarantee continuous body contact in order to maintain a feeling of safety in the baby. This community service aims to increase the understanding and ability of mothers to carry out infant massage for their babies. The materials used in this community service are brochures. With the method of providing counseling to mothers who have babies, then the implementation of baby massage is to teach mothers how to massage their own babies at home which has many benefits both for the baby and also for the mother. Mothers are taught several techniques in infant massage. With this dedication, mothers better understand the benefits of baby massage, not just massaging babies when they are sick. It is hoped that the Village

Midwives will activate programs related to the implementation of massage for babies.

Keywords: counseling, implementation, baby massage

1. PENDAHULUAN

Anak memiliki nilai yang sangat tinggi untuk keluarga dan bangsa. Setiap orang tua mengharapkan anaknya agar dapat tumbuh dan berkembang secara optimal, sehingga dapat menjadi sumber daya manusia yang berkualitas dan tangguh. Anak memiliki nilai yang sangat tinggi untuk keluarga dan bangsa. Dan tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetika, lingkungan, perilaku dan rangsangan atau stimulasi yang berguna (Dasuki 2003 dalam Prasetyo,2013)

Perawatan pada bayi memang tidaklah mudah, Selain butuh kesabaran, tetapi perlu pengetahuan tentang bagaimana perawatan bayi yang benar. Perawatan bayi adalah bagaimana kita mencari cara yang paling sesuai bagi ibu dan bayi. (Ronald, H.S, 2011).

Terdapat sejumlah keluhan kesehatan bayi pada umumnya merupakan gangguan kesehatan ringan yang dapat memengaruhi bayi yang masih kecil. Sekalipun sebagian besar diantaranya dapat disembuhkan dengan mudah, gangguan ini tetap mencemaskan bagi orang tua baru. Masalah kesehatan yang timbul seperti bayi resah, kolik, gumoh, muntah, refluks gastroesofagus, radang saluran cerna, dan sembeli (Philip, 2004).

Hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2017 menunjukkan AKN sebesar 15 per 1.000 kelahiran hidup, AKB 24 per 1.000 kelahiran hidup, dan

AKABA 32 per 1.000 kelahiran hidup. Angka Kematian Balita telah mencapai Target Pembangunan Berkelanjutan (TPB/SDGs) 2030 yaitu sebesar 25/1.000 kelahiran hidup dan diharapkan AKN juga dapat mencapai target yaitu 12/1.000 kelahiran hidup (Profil Kesehatan Indonesia. 2018).

Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal, merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, seperti faktor perilaku, genetik, lingkungan dan pemberian rangsangan atau stimulasi yang berguna. Pemberian stimulus dari luar berperan bagi pertumbuhan fisik juga kesehatan mental pada anak (Prasetyono, 2013).

Salah satu faktor paling penting untuk perkembangan bayi yang sehat dan bahagia adalah sentuhan penuh kasih dari ibu. Penelitian menunjukkan bahwa sentuhan dan pijat bayi rutin dari orang tua menjadi faktor yang penting untuk pertumbuhan, komunikasi, dan proses belajar pada bayi (Johnson Indonesia, 2020).

Pijat bayi merupakan terapi sentuh tertua dan dikenal oleh manusia yang telah lama dilakukan hampir di seluruh Dunia termasuk Indonesia. Sentuhan dan pijat pada bayi setelah kelahiran dapat memberi jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan guna mempertahankan perasaan aman pada bayi (Roesli, 2016)

Pijat bayi merupakan sentuhan cinta sebagai salah satu stimulasi multisensory yang dapat mendorong perkembangan dan pertumbuhan bayi secara optimal, terutama jika dilakukan pada masa *golden period* 1000 hari pertamanya.

Pijat bayi yang dilakukan dengan usapan halus pada permukaan

kulit bayi, dilakukan dengan menggunakan tangan yang bertujuan sebagai tindakan menstimulasi bayi dan otot-ototnya untuk lebih berkembang dengan cara sentuhan dan pijatan-pijatan lembut pada tubuh bayi (Subekti,2008).

Ilmu Kesehatan Modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa sentuhan dan pijat bayi mempunyai banyak manfaat, terutama bila dilakukan sendiri oleh orang tua bayi (Prasetyo,2013).

Beragam manfaat Pijat pada , diantaranya adalah meningkatkan berat badan dan pertumbuhan bayi, meningkatkan pola tidur bayi, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan produksi air susu ibu serta membina ikatan kasih sayang antara orangtua dengan anak (Suririnah, 2009).

Di Indonesia, Pemerintah melakukan beberapa upaya dalam mendukung pelaksanaan Stimulasi Deteksi Intervensi Dini Tumbuh Kembang (SDIDTK). Salah satu bentuk stimulasi tumbuh kembang yang selama ini dilakukan yaitu pijat bayi (Kepmenkes RI, 2009).

Di Provinsi Sumatera Utara telah banyak didapati pelayanan pijat pada bayi, baik individu maupun yang diselenggarakan beberapa praktisi yang telah mahir berkaitan hal tersebut.

Dari hasil survey yang dilakukan di Desa Simatohir, para ibu yang memiliki bayi tidak begitu paham manfaat lanjut dari pijat pada bayinya begitu juga dengan cara pemijatannya, dan lebih pada hanya sekedar memijat saat bayi sakit saja. Oleh karena itu dengan pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Simatohir ini bertujuan untuk meningkatkan pemahaman dan kemampuan ibu dalam melaksanakan pijat bayi terhadap bayinya.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan Pengabdian kepada masyarakat merupakan salah satu bentuk pengamalan Tri Dharma Perguruan Tinggi. Rangkaian kegiatan ditujukan untuk mengajarkan masalah kesehatan melalui pencegahan terhadap timbulnya penyakit dan melakukan upaya-upaya peningkatan kesehatan masyarakat.

Mekanisme pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa Simatohir Kecamatan Padanagsidimpunan Angkola Julu meliputi tahapan berikut:

- Membentukan kelompok dosen pengabdian kepada masyarakat;
- Pengurusan izin pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat;
- Berkonsultasi dengan mitra pengabdian kepada masyarakat dalam hal ini pihak kecamatan Padangsidimpunan Angkola Julu, Kepala Desa Simatohir dan Bidan Desa Simatohir;
- Musyawarah dalam menentukan pola dan program kerja (aproach);
- Penyiapan bahan untuk kegiatan pengabdian kepada masyarakat.

Metode pelaksanaan pengabdian kepada masyarakat yang digunakan untuk mencapai tujuan kegiatan adalah dengan pelaksanaan Pijat bayi, yang dimulai dengan pemberian penyuluhan seputar pijat bayi dan manfaatnya bagi ibu maupun Bayi, dan diakhiri dengan melakukan pijat Bayi bersama oleh Mahasiswa dan Ibu-Ibu yang memiliki Bayi di Desa Simatohir

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat oleh Prodi D III Kebidanan Akademi Kebidanan Sentral Kota Padangsidimpunan dilaksanakan pada hari Rabu, tanggal 29 Januari 2019. Peserta yang hadir dalam pengabdian masyarakat ini, sejumlah 23 peserta. Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh Dosen dan mahasiswa Prodi D III Kebidanan Akademi Kebidanan Sentral di Desa Simatohir Kabupaten Tapanuli Selatan berjalan

lancar, dan peserta antusias dalam mengikuti kegiatan ini.

Dukungan Kepala Desa Simatohir dan Bidan Desa juga sangat memengaruhi pengabdian kepada masyarakat ini, menghimbau para ibu dan Bidan Desa juga turut serta untuk pelaksanaan kegiatan ini. Sehingga dosen dan mahasiswa yang melaksanakan kegiatan ini lebih nyaman dan merasa terbantu dengan itu.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan. Terlihat antusias para ibu dan mulai memahami bagaimana ibu mampu melakukan pijat pada bayi, yang sebelumnya hanya berfokus melakukan pijat bayi ke dukun pijat di sekitar Desa.

Dosen dan mahasiswa Prodi D-III kebidanan melakukan penyuluhan dan praktik pelaksanaan Pijat pada bayi peserta, lalu dibuka sesi diskusi antara peserta dan pihak pelaksana pengabdian kepada masyarakat. Ibu semakin paham pada prinsipnya pijat bayi ini tidak perlu penekanan yang kuat saat memijat, melainkan terfokus pada sentuhan-sentuhan yang diberikan ibu dengan teknik yang diajarkan.

Dengan sentuhan saat melakukan pijatan demi pijatan pada bayi akan semakin meningkatkan hubungan ibu dengan bayinya. Pijat bayi juga dapat meningkatkan daya tahan tubuh baik, meningkatkan nafsu makan, merangsang kemampuan komunikasi bayi, dan bayi akan semakin aktif.

Bagi ibu yang masih menyusui bayinya, pijat bayi juga

dapat meningkatkan hormon oksitosin melalui hisapan bayi saat menyusui, sehingga membantu involusi uterus ibu.

Dari seluruh rangkaian kegiatan pengabdian kepada masyarakat oleh Dosen dan Mahasiswa Program D-III Kebidanan, Akademi Kebidanan Sentral Kota Padangsidempuan Tahun 2020 berjalan sesuai , dengan rencana kegiatan. Berikutnya dilakukan evaluasi kegiatan oleh unit penelitian dan pengabdian masyarakat Akademi Kebidanan Sentral dengan pihak mitra untuk keberlanjutan kegiatan, dan disusun rencana program selanjutnya.

4. KESIMPULAN DAN SARAN

1. Penyuluhan Pijat bayi yang dilakukan pada ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan berjalan dengan lancar, para ibu memahami bagaimana pentingnya pijat bayi untuk kesehatan serta tumbuh kembang bayi;
2. Pelaksanaan pijat bayi secara mandiri, teknik-teknik sentuhan dan pijatan mulai dikuasai para ibu.
3. Sebelum dilakukan penyuluh para ibu hana berpendapat pijat bayi hanya dilakukan saat bayi ada keluhan kesehatan, dan pijat bayi pun dilakukan oleh tukang kuduk di sekitar Desa.
4. Ada pengaruh peengetahuan ibu tentang pijat bayi dengan peningkatan minat para ibu untuk melakukan pijat pada bayi ibu.

SARAN

1. Diharapkan kepada para ibu agar rutin melakukan pijat pada bayinya.
2. Diharapkan bidan Desa Simatohir agar membuat program dan bersama membimbing para ibu di Desa Simatohir untuk melakukan Pijat Bayi
3. Diharapkan Kepada Kepala Desa Simatohir mendukung program penyuluhan dan pelaksanaan kegiatan praktik bagaimana cara Pijat Bayi yang benar bagi para ibu di Desa Simatohir

5. REFERENSI

- Abdillah, Pius. (2008). Kamus Besar Bahasa Indonesia. Surabaya :PT Gramedia Pustaka Utama
- Johnson Indonesia, (2020). Manfaat menyentuh dan memijat bayi. https://www.johnsonsbaby.co.id/memijat-bayi/manfaat-menyentuh-dan-memijat-bayi?utm_medium=cpc&utm_source=google&utm_term=manfaatpijatbayi&utm_campaign=G0-ID-ID-PS-JohnsonsBaby-CS-X-RN-Concern-Canvas-Care&Hygiene&gclid=Cj0KCQjwvYSEBhDjARIsAJMn0ljZAtu4g159PQLLfTau3fmZpOU0cG8GYoVFB2um8F7kNlcJ3ZhnWoIaAoRGEALw_wcB&gclid=aw.ds
- Kementerian Kesehatan Indonesia. 2019. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018.
- Philip. (2020). Keluhan Umum Seputar Kesehatan Bayi. <https://www.philips.co.id/id/cm-mo/artikel-kesehatan-botol-susu/keluhan-umum-seputar-kesehatan-bayi>
- Prasetyono, D.S. (2013). Buku Pintar Pijat Bayi. Jogjakarta : Buku Biru .
- Puspita, R.M. (2013). Buku Pintar Merawat Bayi. Jakarta: Dunia Sehat
- Roesli, Utami. (2016). Pedoman Pijat Bayi. Jakarta : Trubus Agriwidya.
- Ronald.H.S. (2011). Pedoman dan Perawatan Balita agar tumbuh sehat dan Sehat. Bandung: Nuansa Aulia.
- Subekti. (2008). Panduan Praktik Memijat Buah Hati Anda. Yogyakarta: Nusa Presindo
- Suririnah. (2009). Buku Pintar Merawat Bayi Usia 0-12 Bulan. Jakarta: Gramedia
- Wawan dan Dewi. (2011). Teori dan Pengukuran Pengetahuan dan Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta : Nuha Medika
- Walker, Peter. (2011). Panduan Lengkap Pijat Bayi untuk Merangsang Tumbuh Kembang dan Terapi Kesehatan. Depok : Puspa Swara

**6. DOKUMENTASI
KEGIATAN**



