

**STIMULASI TUMBUH KEMBANG BAYI DAN BALITA DENGAN
PIJAT BAYI DI DESA SIMASOM KECAMATAN
PADANGSIDIMPUAN ANGKOLA JULU TAHUN 2020**

Rika Apripan

**Dosen Program Studi D-III Kebidanan Akademi Kebidanan Sentral
rikahariant1986@gmail.com**

ABSTRAK

Promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong dirinya sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber daya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung oleh kebijakan publik yang berwawasan kesehatan. Kegiatan promosi kesehatan yang diselenggarakan mencakup diantaranya penyebarluasan informasi termasuk penyuluhan kesehatan. Pijat bayi adalah sentuhan tangan manusia yang merupakan salah satu alat yang sangat efektif dalam menghilangkan sakit pada tubuh yang dilakukan pada bayi berusia 6-12 bulan pertama. Dewasa ini para pakar telah dapat membuktikan secara ilmiah tentang manfaat pijat bayi, antara lain, meningkatkan berat badan, membina ikatan kasih sayang orang tua dan anak, meningkatkan produksi ASI, membantu mudah tidur, mengurangi kolik (nyeri perut). Orang tua yang memijat anaknya dapat merangsang perkembangan koneksi antara sel – sel saraf otak bayi yang akan membentuk dasar untuk berfikir, merasakan dan belajar. Pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan ibu tentang stimulasi pertumbuhan dan perkembangan bayi balita dengan pijat bayi serta bagaimana cara melakukan pijat bayi dengan teknik yang benar. Bahan yang digunakan dalam pengabdian kepada masyarakat ini brosur atau selebaran yang berisi tehnik melakukan pijat bayi. Metode pelaksanaan pengabdian masyarakat ini adalah dengan pemberian promosi kesehatan tentang pijat bayi dan mempraktekkan tata laksana pijat bayi. Dengan Pengabdian ini ibu lebih paham manfaat pijat bayi tidak sekedar memijat bayi saat sakit saja. Hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah para ibu memahami dan mampu mempraktekkan cara melakukan pijat bayi sesuai dengan prosedur yang telah disampaikan. Evaluasi dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan dengan melakukan redemonstrasi para peserta secara langsung.

Kata Kunci : Stimulasi, Tumbuh kembang, Pijat Bayi

Abstract

Health promotion is an effort to improve people's abilities through learning from, by, for and with the community, so that they can help themselves, and develop activities that are community-based, according to local socio-culture and supported by health-minded public policies. Health promotion activities that are held include the dissemination of information including health education. Baby massage is the touch of a human hand which is one of the most effective tools in relieving body aches performed on babies aged 6-12 months. Nowadays experts have been able to scientifically prove the benefits of baby massage, among others, increasing body weight, building a bond of

love for parents and children, increasing milk production, helping ease sleep, reducing colic (abdominal pain). Parents who massage their children can stimulate the development of connections between the baby's brain nerve cells which will form the basis for thinking, feeling and learning. This community service aims to increase the mother's knowledge about stimulating growth and development of infants with infant massage and how to do it. massage the baby with the correct technique. The materials used in this community service are brochures or leaflets containing techniques for doing baby massage. The method of implementing this community service is by providing health promotion about baby massage and practicing the procedures for baby massage. With this dedication, mothers better understand the benefits of baby massage, not just massaging babies when they are sick. The result of this community service activity is that mothers understand and are able to practice how to do baby massage according to the procedures that have been presented. Evaluation in this community service activity is carried out by directly redemonstrating the participants.

Keywords: Stimulation, Growth and Development, Baby Massage

1. PENDAHULUAN

Pengabdian Masyarakat merupakan salah satu dari tiga dharma pada Tri Dharma Perguruan Tinggi, setelah Pendidikan dan Penelitian. Dharma secara sederhana dapat diartikan bakti, kontribusi, sumbangan, ataupun dedikasi.

Promosi kesehatan merupakan upaya untuk meningkatkan kemampuan masyarakat melalui pembelajaran dari, oleh, untuk dan bersama masyarakat, agar mereka dapat menolong dirinya sendiri, serta mengembangkan kegiatan yang bersumber daya masyarakat, sesuai sosial budaya setempat dan didukung oleh kebijakan publik yang berwawasan kesehatan.

Upaya preventif untuk kelola stres pada bayi yaitu dengan pijat bayi. Pijat bayi sendiri adalah sentuhan terhadap anak dari usia 0 bulan sampai 12 bulan. Untuk memberikan stimulasi tumbuh kembang dan efek relaksasi pada bayi dengan metode pijat, karena tidak hanya mengoptimalkan

perkembangan gerak anak, tetapi juga menjadi momentum untuk menyalurkan rasa kasih sayang dan perhatian serta memberikan efek relaksasi kepada bayi.

Tidak sembarang orang mampu melakukan pemijatan bayi untuk itu dibutuhkan pelatihan khusus bagaimana cara memijat bayi sesuai dengan standar yang ada. Agar tidak terjadi hal-hal yang tidak di inginkan.

Pijat menurut Vivian (2010) biasa disebut dengan stimulus touch. Pijat juga merupakan seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktikkan sejak berabad-abad silam. Bahkan diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan di dunia, mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia.

Pijat bayi adalah gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Pijat bayi merupakan salah satu bentuk rangsang raba. Rangsang raba adalah yang paling penting dalam perkembangan. Sensasi sentuhan

merupakan sensori yang paling berkembang saat lahir (Liaw, 2000 dalam Hikmah, 2010).

Dari hasil survey yang dilakukan di Desa Simasom, para ibu yang memiliki bayi tidak begitu paham manfaat dari pijat pada bayinya begitu juga dengan cara pemijatannya. Oleh karena itu dengan pelaksanaan Pengabdian kepada Masyarakat di Desa Simasom diharapkan dapat meningkatkan pemahaman dan kemampuan ibu dalam melaksanakan pijat terhadap bayinya.

2. METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilaksanakan di Desa Simasom, Kecamatan Padangsidimpuan angkola Julu. Metode yang digunakan dalam pengabdian masyarakat ini adalah :

1. Ceramah

Metode ini dilakukan untuk memberikan pengetahuan tentang teori dasar pijat bayi dalam menstimulasi tumbuh kembang bayi dan balita.

2. Demonstrasi

Metode demonstrasi dilakukan setelah selesai menyampaikan teori dasar tentang pijat bayi. Demonstrasi dilakukan dengan mempraktekkan pijat ke salah satu bayi, kemudian peserta dibagi menjadi 6 kelompok kecil untuk lebih efektif dan dan tiap kelompok didampingi oleh dosen atau mahasiswa.

3. Redemonstrasi

Setelah dilakukan demonstrasi pada setiap kelompok kemudian dilakukan evaluasi dengan redemonstrasi yang dilakukan oleh setiap ibu. Setiap ibu wajib melakukan demonstrasi ulang tata cara pijat bayi.

Rangkaian kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi persiapan dan pelaksanaan :

1. Tahap persiapan

Tahap persiapan ini terdiri dari :

- a) Menganalisis masalah yang terjadi dengan melakukan pendekatan kepada pengurus masjid Al Rubaian
- b) Mengumpulkan data calon peserta pengabdian masyarakat yaitu ibu ibjamaah pengajian masjid Al Rubaian
- c) Melakukan analisa lokasi tempat pengabdian masyarakat
- d) Melakukan pendekatan pada panitia untuk menentukan waktu pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
- e) Koordinasi dengan tim pelaksana pengabdian masyarakat dan penentuan tugas dan beban kerja dari masing masing anggota tim
- f) Berkoordinasi dengan panitia tentang kebutuhan-kebutuhan yang harus dipersiapkan saat pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat.
- g) Mempersiapkan peralatan dan segala kebutuhan pelaksanaan kegiatan masyarakat

2. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan dilakukan dalam beberapa tahapan, antara lain :

- a) Memberikan informasi mekanisme acara yang akan dilakukan pada pengurus masjid dan mengatur jalannya acara.
- b) Memberikan ceramah tentang teori dasar pijat bayi
- c) Melakukan demonstrasi cara pijat bayi

3. Tahap evaluasi

Pada tahap evaluasi peserta melakukan demonstrasi cara pijat bayi dengan didampingi oleh pelaksana kegiatan pengabdian masyarakat.

Mekanisme pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Desa

Simasom Kecamatan
Padangsidempuan Angkola Julu
meliputi tahapan berikut:

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

Pada pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat oleh Prodi D III Kebidanan Akademi Kebidanan Sentral Kota Padangsidempuan dilaksanakan pada hari Kamis, tanggal 30 Jauari 2020. Peserta yang hadir dalam pengabdian masyarakat ini, sejumlah 12 Ibu yang memiliki bayi.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang dilaksanakan oleh Dosen dan mahasiswa Prodi D III Kebidanan Akademi Kebidanan Sentral di Desa Simasom Kecamatan Padangsidempuan Angkola Julu berjalan lancar, dan peserta antusias dalam mengikuti kegiatan ini.

Dukungan Kepala Desa dan Bidan Desa Simasom juga sangat memengaruhi pengabdian kepada masyarakat ini. Sehingga dosen dan mahasiswa yang melaksanakan kegiatan ini lebih nyaman dan merasa terbantu pada pelaksanaannya.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan. Terlihat antusias para ibu dan ibu mampu melakukan pijat pada bayi.

Setelah dilakukan kegiatan ceramah untuk memberikan

pengatahuan tentang dasar dasar pijat bayi, para peserta kemudian dibagi menjadi enam kelompok kecil untuk kemudian dilakukan praktek atau demonstrasi cara melakukan pijat bayi. Dari hasil ceramah dan demonstrasi tersebut sebagian ibu ibu peserta pengabdian masyarakat memahami tentang dasar pijat bayi dan mampu mempraktekkan kembali pijat bayi. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa adanya peningkatan pemahaman dari peserta pengabdian masyarkat menunjukkan pengaruh kegiatan ini terhadap pengetahuan, sehingga akan semakin baik apabila kegiatan ini dilakukan secara berkesinambungan.

Bagi ibu yang masih menyusui bayinya, pijat bayi juga dapat meningkatkan hormon oksitosin melalui hisapan bayi saat menyusui, sehingga membantu involusi uterus ibu.

Menurut Notoatmodjo (2007), pemberian penyuluhan kesehatan dalam upaya meningkatkan pengetahuan dapat dilakukan dengan menggunakan alat bantu promosi kesehatan berupa alat bantu lihat (visual aids), alat bantu dengar (audio aids) dan alat bantu lihat dengar (Audio Visual Aids).

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

KESIMPULAN

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 bisa dikuasai para ibu.
3. Sebelum dilakukan penyuluh para ibu hana berpendapat pijat bayi hanya dilakukan saat bayi ada keluhan kesehatan.
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 Simasom agar membuat program dan bersama membimbing para ibu di Desa Simasom untuk melakukan Pijat Bayi
3. Diharapkan Kepada Kepala Desa Simasom mendukung program penyuluhan dan pelaksanaan kegiatan praktik Pijat Bayi.

5. REFERENSI

- Kementerian Kesehatan Indonesia. 2019. Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2018.
- Philip. (2020). Keluhan Umum Seputar Kesehatan Bayi.

<https://www.philips.co.id/id/c-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.
- Soekidjo, Notoadmodjo.(2007). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Subekti. (2008). Panduan Praktik Memijat Buah Hati Anda. Yogyakarta: Nusa Presindo
- Suririnah. (2009). Buku Pintar Merawat Bayi Usia 0-12 Bulan. Jakarta: Gramedia
- Vivian, N. L. D. 2010. *Asuhan Neonatus Bayi dan Anak Balita*. Penerbit Salemba Medika. Jakarta
- Wawan dan Dewi. (2011). Teori dan Pengukuran Pengetahuan dan Sikap dan Perilaku Manusia. Yogyakarta : Nuha Medika

6. DOKUMENTASI KEGIATAN

