

## **Penyuluhan Tentang Manfaat Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi dan Balita**

Nur Hidayah MS<sup>1</sup>, Syarifah Masita<sup>2</sup>, Amina Ahmad<sup>3</sup>, Wanti Aotari<sup>4</sup>

Nurhidayahms35@gmail.com<sup>1</sup>, masitasyarifa@gmail.com<sup>2</sup>, aminaylazhra@gmail.com<sup>3</sup>, wantyaotary@gmail.com<sup>4</sup>

Program Studi Keperawatan, Stikes Amanah Makassar

### **Abstract**

*Baby massage can provide a sense of security and comfort to babies, toddlers, and children, namely direct contact body care for babies, toddlers and children. A mother's touch and hug are a baby's basic needs. If done regularly, baby massage will increase catecholamine hormone levels which can directly stimulate growth and development because it can increase appetite, increase body weight, and stimulate the development of brain structure and function. Baby massage is very important for the health of babies, toddlers, and children, and parents must play a role in massaging babies, toddlers, and children. Infant, toddler, and baby massage can create communication between parents and babies through massage touch which includes elements of affection, sound, eye contact, and movement. To bring closer emotional relationships, the closest family can also take part in baby massage, for example, father, grandmother, and grandfather. The instincts of babies and toddlers can respond to the mother's touch as a form of love, protection, and attention.*

**Keyword:** Baby Massage, Growth and Development, Baies and Toddlers

### **Abstrak**

*Pijat bayi dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi, balita dan anak, yaitu perawatan tubuh kontak langsung pada bayi, balita dan anak. Sentuhan dan pelukan seorang ibu merupakan kebutuhan dasar bayi. Bila dilakukan secara rutin, pijat bayi akan meningkatkan kadar hormon katekolamin yang secara langsung dapat merangsang tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, menambah berat badan, serta merangsang perkembangan struktur dan fungsi otak. Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi, balita dan anak dimana orang tua harus berperan dalam pijat bayi, balita dan anak. Pijat bayi, balita, dan bayi dapat menciptakan komunikasi antara orang tua dan bayi melalui sentuhan pijatan yang mencakup unsur kasih sayang, suara, kontak mata, dan gerakan. Untuk mendekatkan hubungan emosional, keluarga terdekat juga bisa ikut serta dalam pijat bayi, misalnya ayah, nenek, kakek. Nafri bayi dan balita dapat merespon sentuhan ibu sebagai wujud kasih sayang, perlindungan dan perhatian.*

**Kata kunci:** Pijat Bayi, Tumbuh Kembang, Bayi dan Balita

## I. PENDAHULUAN

Pijat bayi merupakan salah satu jenis rangsangan dini yang dilakukan pada bayi untuk memaksimalkan tumbuh dan kembangnya. Dukun dahulunya banyak melakukan pijat bayi akan tetapi saat ini orang tua bayi juga bisa melakukan pijat bayi terutama ibu. Pijat bayi yang dilakukan oleh ibu dengan menggunakan sentuhan dapat memberi rangsangan kepada bayi yaitu pada panca indera dan juga perkembangan otak bayi (Sri & Susanti, 2022). Pijat bayi dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi dan balita yang merupakan terapi sentuh secara langsung pada tubuh bayi dan balita. Sentuhan dan pijatan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin yang akan langsung dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Riksani, 2020). Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi dan balita. Pijatan bayi dan balita dapat menciptakan komunikasi antara orangtua dan bayi melalui sentuhan pijatan yang mengandung unsur kasih sayang, suara, kontak mata, dan gerakan. Pijat pada bayi dapat juga melibatkan keluarga terdekat untuk mendekatkan hubungan emosional. Naluri seorang bayi dan balita dapat merespon sentuhan dari ibunya sebagai ungkapan rasa cinta, perlindungan, dan perhatian (Roesli, 2019).

Pijat bayi merupakan salah satu metode yang baik untuk merangsang tumbuh kembang bayi dan anak kecil (Pamungkas et al., 2021). Stimulasi ini mempunyai banyak manfaat, sehingga saat ini banyak dilakukan penelitian terhadap pijat bayi karena manfaat pijat bayi sangat besar baik secara mental maupun fisik (Damanik et al., 2022). Pijat Bayi adalah gerakan usapan lemah dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Dengan dilakukannya pijat bayi, balita dan anak dapat meningkatkan kekebalan daya tahan tubuh bayi sehingga bisa membantu melawan infeksi. Sentuhan dan pijatan pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh yang berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi (Utami, 2019). Teknik pijat pada bayi dapat membantu menghilangkan mual, masuk

angin, dan susah buang air besar. Selain itu pijat juga merangsang keluarnya hormon oksitosin, hormon oksitosin ini dihasilkan oleh hipotalamus. Yang memberikan efek tenang, nyaman dan mengurangi frekuensi menangis pada bayi. Dengan demikian, pijatan juga meningkatkan kualitas tidur pada bayi (Utami, 2019).

## II. METODE

Kegiatan penyuluhan pijat bayi dan balita merupakan salah satu bentuk pengabdian kepada Masyarakat yang dilakukan oleh dosen-dosen Prodi D3 Kebidanan STIKES Amanah Makassar dengan melibatkan mahasiswa. Kegiatan tersebut dilakukan berdasarkan permasalahan yang terjadi di Masyarakat, yaitu masih kurangnya pengetahuan ibu-ibu yang memiliki bayi dan balita tentang pijat bayi untuk mendukung tumbuh kembangnya.

Kegiatan penyuluhan ini dilaksanakan pada tanggal 29 Oktober 2023 di Jl. Tanggul Kota, Kecamatan Maros Baru Kabupaten Maros. Adapun sasaran pada kegiatan ini adalah ibu-ibu yang memiliki bayi berusia 3-12 bulan. Metode pengabdian kepada masyarakat ini menggunakan metode ceramah dan penilaian. Bertujuan untuk meningkatkan kecerdasan ibu tentang manfaat dan pentingnya pijat bayi. Selain itu juga disampaikan materi atau pelatihan berupa leaflet manfaat pijat bayi.

Adapun penilaian keberhasilan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dilihat dari daftar hadir dan antusias peserta yang ikut selama kegiatan berlangsung, para peserta antusias dalam mendengarkan penyuluhan yang di berikan, keberhasilan penyampaian materi juga dilihat dari kuesioner pre dan post yang terdiri atas delapan pernyataan-pertanyaan yang berisi soal peryataan positif dan negatif.

## III. HASIL DAN PEMBAHASAN

Melakukan kegiatan ini merupakan salah satu cara untuk memberikan informasi kepada para ibu tentang pentingnya memijat bayi. Ada beberapa hal yang perlu diketahui dari hasil pelatihan ini yaitu motivasi peserta yang awalnya kurang karena kurang percaya diri dalam melakukan pijat bayi, dan antusias peserta dalam mengikuti pelatihan, peserta menyimak dengan baik. materi konseling. dan

berinteraksi selama sesi obrolan dan tanya jawab. Penyuluhan manfaat pijat bayi diawali dengan pembagian leaflet dan dilanjutkan dengan materi atau ceramah terkait manfaat pijat bayi, penjelasan pengertian dan tujuan pijat bayi, syarat-syarat pijat

bayi, dan waktu pijat bayi. Setelah pemaparan materi pijat bayi, peserta dapat mengajukan pertanyaan. Diskusi menarik terjadi pada sesi tanya jawab, karena peserta bersemangat bertanya dan memberikan jawaban.



**Gambar 1. Penyampaian materi dan diskusi tanya jawab**

Dalam kegiatan ini para ibu belajar tentang manfaat pijat bagi bayinya untuk membantu bayi merasa nyaman dan tenang, melancarkan pencernaan, melancarkan tidur, menurunkan bilirubin serta mempererat hubungan orang tua dan bayi. Setelah dilakukan

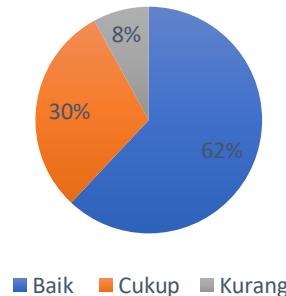
penyuluhan, pengetahuan peserta diukur menggunakan angket yang terdiri dari 8 pernyataan tentang manfaat pijat bayi. Pengetahuan ibu tentang manfaat pijat bayi meningkat sebelum dan sesudah penyuluhan.

### Penyuluhan Tentang Manfaat Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi



Gambar 2. Diagram Penyuluhan Tentang Manfaat Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Sebelum Penyuluhan

### Penyuluhan Tentang Manfaat Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi



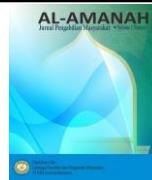
Gambar 3. Diagram Penyuluhan Tentang Manfaat Pijat Bayi Terhadap Tumbuh Kembang Bayi Setelah Penyuluhan

Pendidikan kesehatan seperti penyuluhan pijat bayi dapat meningkatkan kemampuan ibu dalam memijat bayi dengan lebih baik, didukung dengan metode edukasi seperti ceramah dan media edukasi seperti brosur atau video pijat bayi (Andaruni, 2018). Perilaku ibu yang melakukan pijat bayi sendiri lebih baik setelah dilakukan penyuluhan langsung dibandingkan dengan ibu yang hanya menerima brosur, artinya pengetahuan ibu harus disempurnakan terlebih dahulu agar dapat memperoleh informasi tentang pijat bayi. Bahwa ibu melakukan pijatan bayi ini dengan sebaik-baiknya. Hasil survei menunjukkan bahwa banyak ibu yang

tidak pernah memijat bayinya sendiri, dan lebih mengandalkan dukun atau pijat tradisional.

### III. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil dari kegiatan pengabdian masyarakat ini, ibu-ibu sebelum diberikan penyuluhan tentang pijat bayi memiliki pengetahuan yang kurang dan setelah diberikan penyuluhan memiliki pengetahuan yang paling banyak, kesadaran ibu meningkat, pijat bayi menjadi salah satu cara yang menarik. Ini akan membantu bayi Anda merasa nyaman. Sebab pijatan yang lembut akan mengurangi ketegangan otot sehingga bayi Anda bisa tenang. Oleh karena itu, pijat bayi sangat



penting dan membantu dalam memberikan kenyamanan yang dibutuhkan bayi Anda dan juga dapat menunjang tumbuh kembang bayi Anda.

Kemajuan tersebut terlihat sebagai berikut: 1. Setelah kegiatan pijat bayi terjadi diskusi aktif. 2. Reaksi positif yang didapat dari penelitian terkait kegiatan pijat bayi. 3. 60% responden memahami pentingnya kegiatan pijat bayi aktivitas pijat. kelebihan pijat bayi. Kami merekomendasikan agar organisasi memantau kembali/mengembangkan penawaran komunitas yang lebih luas terkait pijat untuk bayi dan balita untuk keperluan penelitian.

Pijat bayi ini masih mempunyai kekurangan yang dapat diperbaiki dengan kegiatan pelayanan, pemberi layanan menyarankan agar metode lain seperti demonstrasi langsung dan simulasi pijat bayi dapat digunakan pada kegiatan pelayanan selanjutnya untuk memaksimalkan pengetahuan peserta dan keterampilan.

#### IV. UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kami ucapkan kepada semua pihak yang terlibat khususnya kepada warga Jl. Tanggul Kota Kecamatan Maros Baru Kabupaten Maros dan teman-teman BSMI Maros atas kerja samanya dalam pelaksanaan kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat ini. Serta mahasiswa kebidanan yang telah bersedia untuk menjadi peserta dan memberikan umpan balik dalam kegiatan ini

#### V. DAFTAR PUSTAKA

Andaruni, N. Q. R. (2018). Pengaruh Penyuluhan Teknik Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan

Dan Keterampilan Pijat Bayi Pada Ibu Di Kelurahan Tanjung Karang Tahun 2015. *Midwifery Journal: Jurnal Kebidanan UM.Mataram*, 3(1), 54–58.

<https://doi.org/10.31764/mj.v3i1.127>

Damanik, N. S., Simanjuntak, P., & Febrina Sinaga, P. N. (2022). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 0-6 Bulan. *Indonesian Health Issue*, 1(1), 83–89. <https://doi.org/10.47134/inhis.v1i1.15>

Fitriyani S, “Pengaruh Penyuluhan Terhadap Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi”. Angew Chemie Int Ed. 2019

Pamungkas, C. E., Rofita, D., WD, S. M., Maharani, A. B., Gustiana, Y., & Annisa, A. (2021). Edukasi Manfaat Pijat Bayi, Upaya Meningkatkan Kesehatan Pada Bayi Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Desa Telagawaru Lombok Barat. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 376–381. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v5i1.6250>

Pani, W. (2022). Penyuluhan Manfaat Pijat Bayi di Desa Bale Kecamatan Tanantovea Kabupaten Donggala. *Madago Community Empowerment For Health Journal*, 2(1), 1-7. <https://doi.org/10.33860/mce.v2i1.1383>

Riksani, R. (2020). “Cara Mudah Dan Aman Pijat Bayi”. Jakarta. Dunia Sehat..

Roesli, U. (2019). “Pedoman Pijat Bayi”. Tribus Agriwidya.

Sari, E.P., Afriani, R., Septadara, U.L., & Lexi, S.A. (2023). Sosialisasi dan Penyuluhan Pijat Bayi, Balita dan Anak Dalam Mendukung Tumbuh Kembangnya. *Jurnal Inovasi Terapan Pengabdian Masyarakat*. 1(2), 18-24. <https://doi.org/10.35143/jiter-pm.v1i2.6005>

Sri, N., & Susanti, R. (2022). Hubungan Pendidikan Dan Informasi Dengan Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi. *Jurnal Kesehatan Jompa*, 1(1), 59–64. <https://doi.org/10.55784/jkj.Vol1.Iss1.153>