

**PEMBERDAYAAN IBU DALAM MENINGKATKAN APLIKASI PIJAT
BAYI UNTUK Mendukung PERKEMBANGAN DAN TUMBUH
KEMBANG ANAK DI TEMPAT PRAKTIK MANDIRI BIDAN “S”
KABUPATEN MOJOKERTO**

Ferilia Adiesti¹ Nurun Ayati Khasanah² Citra Adityarini Safitri³

^{1,2,3}Prodi S1 Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit
Mojokerto

E - Mail: feriliaadiesti610@gmail.com

ABSTRAK

Ibu yang memiliki bayi di Indonesia sebagian besar cenderung mempercayakan pemijatan bayi kepada dukun jika bayi mereka mengalami masalah kesehatan, dan tidak melakukan pijat bayi ketika bayi dalam kondisi sehat. Pijat bayi dapat memberikan berbagai manfaat, seperti meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasi sistem saraf pusat dan perifer, merangsang saraf parasimpatis, serta meningkatkan aktivitas vagal yang dapat mendukung fungsi pencernaan dan mencegah terjadinya penyakit kuning. Tujuan dari kegiatan pengabdian ini untuk mengaplikasikan pijat bayi untuk mendukung perkembangan dan pertumbuhan anak. Hasil uji statistik yang menggunakan paired t-test, diperoleh nilai $t = 5.496$, t hitung (14.115) lebih besar dari t tabel (6.440), maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Ini menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan ibu. Pelatihan pijat bayi yang rutin ini dapat memberikan stimulus pada bayi dan baik untuk pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Kata Kunci : Pengetahuan ibu, Pijat bayi, Perkembangan dan pertumbuhan anak

ABSTRACT

In Indonesia, most mothers of infants tend to entrust infant massage to traditional healers if their babies are experiencing health problems, and do not perform infant massage when the baby is healthy. Infant massage can provide various benefits, such as improving blood circulation, relaxing the central and peripheral nervous system, stimulating parasympathetic nerves, and increasing vagal activity that can support digestive function and prevent jaundice. The purpose of this service activity is to apply infant massage to support child development and growth. The results of statistical tests using paired t-test, obtained the value of $t = 5.496$, t count (14.115) is greater than t table (6.440), then the null hypothesis (H_0) is rejected and the alternative hypothesis (H_a) is accepted. This indicates the effect of infant massage on increasing maternal knowledge. This routine baby massage training can provide stimulus to the baby and is good for the growth and development of the baby.

Keywords: Maternal knowledge, baby massage, child development and growth

1. PENDAHULUAN

Interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, seperti faktor genetik, lingkungan dan perilaku, serta rangsangan atau stimulasi yang berguna, diperlukan untuk setiap bayi untuk mencapai pertumbuhan terbaiknya (Soetjningsih, 2017). Di Indonesia, sebagian besar ibu yang memiliki bayi cenderung mempercayakan pemijatan bayi kepada dukun jika bayi mereka mengalami masalah kesehatan, dan tidak melakukan pijat bayi ketika bayi dalam kondisi sehat. Berdasarkan penelitian, hanya sebagian kecil ibu yang memilih untuk membawa bayinya ke baby spa, yaitu sekitar 35% (Syaroh et al., 2022).

Pijat bayi dapat memberikan berbagai manfaat, seperti meningkatkan sirkulasi darah, merelaksasi sistem saraf pusat dan perifer, merangsang saraf parasimpatis, serta meningkatkan aktivitas vagal yang dapat mendukung fungsi pencernaan dan mencegah terjadinya penyakit kuning (Sulistyawati et al., 2023). Pertumbuhan dan perkembangan anak adalah aspek yang sangat penting dan harus mendapatkan perhatian serius sejak usia dini. Salah satu faktor yang memengaruhi masalah berat badan adalah penurunan nafsu makan anak. Untuk mengoptimalkan berat badan bayi, selain memperhatikan asupan nutrisi dari ibu, salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan rangsangan stimulus, seperti pijat bayi, yang dapat mendukung proses tersebut (Roesli, 2016) dalam (Khairunnisa, 2021).

Pemijatan yang dilakukan dengan benar dan teratur dapat memberikan manfaat besar bagi pertumbuhan dan perkembangan bayi. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Widya dkk (2022) di Desa Meteseh, Kendal, terhadap bayi berusia 6-12 bulan yang dibagi secara acak menjadi dua kelompok, yaitu kelompok pemijatan dan kelompok kontrol, ditemukan bahwa pemijatan dapat berpengaruh positif terhadap peningkatan berat badan dan kualitas tidur bayi.

Pijat bayi adalah bentuk terapi sentuhan langsung yang memberikan rasa aman dan nyaman bagi bayi. Sentuhan serta pelukan dari ibu merupakan kebutuhan dasar bagi bayi. Melakukan pijat bayi secara rutin dapat meningkatkan hormon katekolamin (seperti epinefrin dan norepinefrin) yang berperan dalam merangsang tumbuh kembang bayi. Hal ini dapat memperbaiki nafsu makan, mendukung peningkatan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur dan fungsi otak (Riksani, 2018) dalam (Sinaga & Laowo, 2020).

Masalah dalam pelaksanaan pijat bayi saat ini adalah masih adanya pandangan dari orangtua atau keluarga yang beranggapan bahwa pijat bayi bukanlah terapi alami yang dapat memberikan banyak manfaat. Sebagian orang masih menganggap bahwa pijat bayi hanya dilakukan ketika bayi sakit, seperti flu atau masuk angin. Padahal, teknik pijatan yang tepat dan dilakukan secara teratur pada bayi dan balita dapat dilakukan kapan saja, bahkan ketika anak dalam kondisi sehat (Sulistyowati dan Cahyaningtyas, 2020). Potensi tumbuh kembang anak dapat dimaksimalkan dengan faktor-faktor pendukung seperti kecukupan nutrisi dan lingkungan keluarga yang mendukung. Selain

itu, stimulasi pada anak, salah satunya melalui pijat bayi, juga dapat diberikan sebagai bentuk stimulasi taktil yang umum dilakukan orangtua (Fitri *et al.*, 2023).



Gambar 1. Simulasi Bimbingan Pijat Bayi



Gambar 2. Pelaksanaan Praktik Pijat Bayi

2. METODE

Pendampingan pijat bayi diberikan kepada ibu yang memiliki bayi berusia 3 hingga 12 bulan. Kegiatan ini dilaksanakan di Tempat Praktik Bidan “S” di Kabupaten Mojokerto pada periode Juli hingga September 2024. Target peserta pendampingan adalah ibu-ibu dengan bayi dalam rentang usia 3 hingga 12 bulan, dengan jumlah peserta yang hadir sebanyak 19 orang. Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini meliputi pemberian materi penyuluhan, diskusi, dan praktik pijat bayi. Pelaksanaan kegiatan dilakukan melalui beberapa tahap berikut:

a. Tahap Persiapan

Pada tahap ini, dilakukan koordinasi untuk memastikan kelancaran pelaksanaan pendampingan pijat bayi, termasuk penentuan lokasi kegiatan dan kesepakatan mengenai waktu pelaksanaannya. Selain itu, juga dilakukan persiapan undangan, penyusunan jadwal, serta

penyusunan materi yang akan disampaikan selama kegiatan. Tahap ini juga mencakup demonstrasi dan pendampingan keterampilan pijat bayi.

b. Tahap Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan mencakup persiapan materi, penyediaan leaflet mengenai pijat bayi, serta penataan jadwal kegiatan pengabdian masyarakat bersama mitra, yakni ibu-ibu yang memiliki bayi di wilayah Tempat Praktik Bidan “S” di Kabupaten Mojokerto, dengan total peserta sebanyak 19 orang. Kegiatan ini dilaksanakan dalam empat sesi dengan jarak waktu dua minggu di antara setiap sesi.

c. Tahap Evaluasi

Pada tahap evaluasi, dilakukan di minggu terakhir setelah sesi pendampingan pijat bayi. Proses evaluasi dimulai dengan pemberian pretes di awal kegiatan untuk mengukur pengetahuan peserta sebelum intervensi. Kemudian, di akhir kegiatan, dilakukan postes untuk mengevaluasi sejauh mana pengetahuan peserta berkembang setelah pendampingan.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Hasil

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik Ibu	Jumlah	Prosentase
	<i>n</i>	%
Usia (tahun)		
<20 Tahun	1	5,3
20-35 Tahun	12	63,2
>36 Tahun	6	31,6
Tingkat pendidikan		
Tidak sekolah	1	5,3
SD/Sederajat	2	10,5
SMP/Sederajat	6	31,6
SMA/Sederajat	7	36,8
Perguruan Tinggi	3	15,8
Total	19	100,0

Berdasarkan Tabel 1 dapat dilihat karakteristik Responden adalah Sebagian besar ibu berumur 20-30 tahun, dengan Sebagian besar pendiidkannya adalah SMA/ Sederajat.

Tabel 2. Hasil pre-test dan post-test pengetahuan ibu tentang pijat bayi

Pengetahuan pijat bayi	Pre test		Post-test	
	n	%	n	%
Baik	2	10	12	63,2
Cukup	6	31,5	7	36,8
Kurang	11	58,5	0	0
Jumlah	19	100	19	100

Tabel 3. output SPSS uji T tidak berpasangan

Pengetahuan pijat bayi	Sample Statistic			
	mean	n	Std deviation	Std error mean
Post Test	44.1667	19	14.11533	4.07474
Pre test	18.7500	19	6.44029	1.85916

Tabel output SPSS uji T tidak berpasangan

	Sample Statistic					T test	df	Sig (2tailed)
	mean	Std deviation	Std error mean	95% confidence interval of difference				
				lower	upper			
Post Test	25.441667	6.01964	4.62447	4.07474	35.59506	5.496	11	.000
Pre test								

Berdasarkan table 3 sebagian besar peserta pre test (58,5%) belum mengetahui tentang pijat bayi dan setelah dilakukan intervensi hasil post-test menunjukkan bahwa pengetahuan peserta mengenai pijat bayi meningkat dengan baik (63,2,5%). Berdasarkan hasil uji statistik yang menggunakan paired t-test, diperoleh nilai $t = 5.496$. Karena t hitung (14.11533) lebih besar dari t tabel (6.44029), maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Ini menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan ibu.

b. Pembahasan

Dari hasil penelitian yang dilakukan menunjukkan bahwa sebelum pendampingan, sebagian besar peserta (58,5%) belum mengetahui tentang pijat bayi. Namun, hasil post-test menunjukkan bahwa pengetahuan peserta mengenai pijat bayi meningkat dengan baik (63,2,5%). Data ini mengindikasikan adanya perubahan signifikan dalam pengetahuan setelah dilakukan pendampingan mengenai pijat bayi. Hal ini sejalan dengan temuan Zuliana (2023) yang menyatakan bahwa informasi memiliki

pengaruh besar terhadap perilaku seseorang. Semakin baik informasi yang diterima, semakin besar kemungkinan seseorang untuk menerapkannya, terutama ibu yang akan berusaha memberikan yang terbaik bagi anak-anaknya.

Hasil uji statistik yang menggunakan paired t-test, diperoleh nilai $t = 6.610$. Karena t hitung (6.610) lebih besar dari t tabel (2.0345), maka hipotesis nol (H_0) ditolak dan hipotesis alternatif (H_a) diterima. Ini menunjukkan adanya pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan pengetahuan ibu nifas mengenai perawatan payudara dan kelancaran pengeluaran ASI di Desa Jatimulyo, Kabupaten Serdang Bedagai pada tahun 2023 (Sepline *et al*, 2024)

Ada berbagai faktor yang memengaruhi pertumbuhan dan perkembangan seorang anak. baik yang berasal dari faktor internal maupun eksternal bayi itu sendiri. Salah satu aspek penting adalah pola asuh orang tua, serta stimulasi atau rangsangan yang diberikan kepada bayi. Salah satu bentuk stimulasi yang bermanfaat adalah pijat bayi, yang dapat membuat bayi merasa lapar lebih cepat, sehingga frekuensi menyusunya akan meningkat dan pada akhirnya produksi ASI juga akan lebih banyak..sehingga dapat membuat perkembangan menjadi lebih baik



4. PENUTUP

Pelatihan ini dapat memotivasi ibu bayi usia 3 – 12 bulan untuk melakukan pijat bayi pada bayi sehat untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan bayi. Pelatihan ini juga sebagai tempat untuk saling bertukar informasi tentang pertumbuhan dan perkembangan yang normal untuk bayi, sehingga diharapkan perlu dikembangkan lagi untuk pelatihan pijat bayi bagi ibu-ibu yang mempunyai bayi.

5. UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih disampaikan pada Direktorat Riset dan Pengabdian Masyarakat Dirjen DIKTI Republik Indonesia, dan Ketua Stikes Majapahit yang telah berkenan memberikan dukungan dalam pelaksanaan program pengabdian bagi dosen serta Kepala Desa Gayaman dan jajaran kepala daerah yang telah mendukung terlaksananya program dengan baik. Tak lupa rasa hormat yang setinggi-tingginya untuk Kepala Sekolah yang telah memfasilitasi dan membantu tim pengabdian untuk melaksanakan tugasnya sehingga kegiatan berlangsung dengan lancar.

DAFTAR PUSTAKA

- Fitri, H. N., Martini, M. (Ed.). (2023). *Pijat dan spa bayi (Baby Massage and Baby Spa)*. Cimenyan: Media Sains Indonesia.
- Khairunnisa (2021) *Pengaruh Pemberian Stimulasi Pijat Bayi terhadap Berat Badan pada Bayi*. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Sinaga, A. and Laowo, N. (2020) 'Pengaruh Pijat Bayi terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 0-6 Bulan di BPM Pera Kecamatan Medan Tuntungan Tahun 2019', *Excellent Midwifery Journal*, 3(1), pp. 27–31.
- Soetjiningsih., Ranuh, IG.N Gde. (2017). *Tumbuh Kembang Anak*, Edisi 2. Jakarta : EGC.
- Sulistiyawati, H., Setiyaningsih, F., Mildiana, Y., Permatasari, R., 'aini, A., & Kristianingrum, D. (2023). Baby Massage Sebagai Upaya Meningkatkan Nafsu Makan Dan Kualitas Tidur Pada Balita Usia 12-36 Bulan. *Pengabdian Masyarakat Cendekia*, 02(02), 38–41. <https://stikes-yogyakarta.e-journal.id/PMC/article/download/243/226>
- Sulistiyowati, E. A., & Cahyaningtyas, A. Y. (2022). Pengaruh pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi usia 3-12 bulan di Desa Matesih Kecamatan Matesih Kabupaten Karanganyar. *Jurnal Stethoscope*, 2(2).
- Syaroh, M., Jayatmi, I., & Septiawan, C. (2022). Pengaruh Health Education Tentang Pijat Bayi Usia 3-6 Bulan Terhadap Sikap Ibu. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 21(2). Halaman? <https://doi.org/10.33221/jikes.v21i2.1545>
- Winda Sepline Sirait , Nopalina Suyanti Damanik Siska Suci Triana Ginting, Ariska Fauzianty (2024). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Berat Badan Pada Bayi Umur 3-6 Bulan Di Puskesmas Uluan Kabupaten Toba Tahun 2023. *Jurnal Siti Rufaidah* Vol.2, No.1 Februari 2024.