



PENYULUHAN PIJAT BAYI UNTUK MENINGKATKAN PENGETAHUAN IBU DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS BENTIRING KOTA BENGKULU

Oleh

Dewi Aprilia Ningsih. I¹, Ruri Maiseptya Sari², Metha Fahriani³, Suhita Tri Oklaini⁴, Waytherlis Apriani⁵, Rifda Neni⁶

¹STIKES Tri Mandiri Sakti Bengkulu

E-mail: 1dewiaprilianingsih.i@gmail.com

Article History:

Received: 07-02-2022

Revised: 15-02-2022

Accepted: 24-03-2022

Keywords:

Pijat Bayi, Pengetahuan Ibu

Abstract: *Pijat bayi merupakan gerakan yang dikenal membawa banyak manfaat. Pijatan yang dilakukan oleh ibu, ayah, atau anggota keluarga lainnya adalah pijatan terbaik karena terbukti dapat menyebabkan perubahan fisiologis yang bermanfaat. Sentuhan ibu saat memijat akan dibalas oleh bayi sebagai bentuk perlindungan, kasih sayang, perhatian dan cinta yang tulus. Tujuan kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah untuk meningkatkan pengetahuan Ibu tentang pijat bayi. Kegiatan dilakukan dengan metode ceramah dan simulasi. Adapun tahapan pelaksanaannya adalah melakukan pretest terhadap pengetahuan ibu, lalu dilanjutkan dengan memberikan penyuluhan tentang pijat bayi dan simulasi pelaksanaan pijat bayi dan terakhir adalah tahap posttest. Hasil posttest menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan ibu tentang pijat bayi setelah diberikan penyuluhan.*

PENDAHULUAN

Pijat bayi adalah pijatan perlahan dan lembut ke seluruh tubuh bayi mulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan, dan punggung. Pijat bayi adalah salah satu bentuk stimulasi taktil yang penting dalam perkembangan bayi baru lahir. Indera peraba adalah indera yang paling berkembang saat lahir, melalui belaian sentuhan lembut ibu pada bayi dapat memperlancar jalinan hubungan kasih sayang antara ibu dan bayinya. Pijat bayi adalah cara yang menyenangkan untuk menghilangkan stres dan kecemasan, terutama untuk bayi. Pijatan lembut akan membantu mengendurkan otot-otot sehingga bayi menjadi tenang dan tidur nyenyak (Roesli 2015).

Pijat bayi sebagai bentuk stimulasi taktil yang diberikan oleh seseorang dimana terdapat manipulasi jaringan lunak secara manual di area seluruh tubuh untuk memberikan kenyamanan seperti relaksasi sebagai sarana untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan bayi sebagai sarana meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan anak. Kontak taktil merupakan hal mendasar bagi perkembangan bayi baru lahir dan sebagai alat komunikasi antara bayi dan orang tuanya (Vicente, Verissimo, and Diniz 2017). Sentuhan dan pijatan ibu merupakan bentuk komunikasi yang dapat menciptakan kedekatan ibu dan bayi dengan memadukan kontak mata, senyuman, dan ekspresi wajah. Jika dirangsang secara teratur, ikatan emosional antara ibu dan anak akan semakin kuat (Riksani 2018).



Pediatri Sosial Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) mengembangkan peran pijat sebagai bentuk stimulasi pada bayi. Stimulasi pijat merupakan kombinasi bentuk stimulasi multi modal, yaitu raba (taktil) dan gerak (kinestetik) yang dilakukan oleh orangtua, tenaga kesehatan atau anggota keluarga lainnya. Pada dasarnya tujuan pijat bayi atau stimulasi pijat adalah untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan memberikan stimulasi raba, gerak dan kombinasi stimulasi lainnya (Medise 2014).

Pengetahuan ibu tentang pijat bayi secara mandiri perlu ditingkatkan mengingat banyaknya manfaat yang diperoleh dari pijat bayi. Peningkatan pengetahuan dapat dilakukan salah satunya dengan cara dengan mendapatkan pendidikan kesehatan yang tepat dan benar tentang pijat bayi. Dengan mendapatkan bimbingan yang tepat, pengetahuan ibu akan meningkat dan sikap dapat diubah untuk mendorong mereka berlatih pijat bayi secara mandiri (Ambasari, Anggarini, and Nugraheni 2017).

Lokasi pengabdian masyarakat dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Kota Bengkulu. Identifikasi masalahnya, masih banyak ibu yang takut memijat bayinya, terutama pada tahap awal kelahiran. Hal itu dikarenakan mereka belum memahami manfaat pijat bayi dan tidak mengetahui cara memijat yang benar. Solusi dari permasalahan tersebut adalah menyelenggarakan pendidikan kesehatan dengan tujuan untuk meningkatkan pemahaman ibu tentang manfaat dan teknik pijat bayi.

METODE

Pengabdian ini dilakukan dengan beberapa tahapan, tahapan yang pertama adalah melakukan pengurusan perizinan, kemudian analisis situasi dengan melakukan survey dan wawancara dengan bagian KIA di Puskesmas Bentiring, selanjutnya diskusi dengan ketua kelompok Posyandu untuk pelaksanaan penyuluhan. Tahap kedua yaitu melakukan penilaian *pretest* untuk menilai pengetahuan ibu tentang pijat bayi. Tahapan selanjutnya adalah melakukan penyuluhan kesehatan tentang pijat bayi dan melakukan simulasi teknik pijat bayi menggunakan boneka. Kegiatan penyuluhan dilakukan dengan metode ceramah, dengan alat bantu berupa *LCD*, *notebook* dan *speaker*, sedangkan simulasi dilakukan menggunakan alat bantu boneka oleh pelaksana pengabdian yang kemudian dilatihkan kepada ibu. Tahap akhir adalah melakukan *posttest* terhadap pengetahuan ibu tentang pijat bayi. Hasil akhir diperoleh pengetahuan ibu tentang pijat bayi dan teknik melakukan pijat bayi meningkat setelah diberikan penyuluhan.

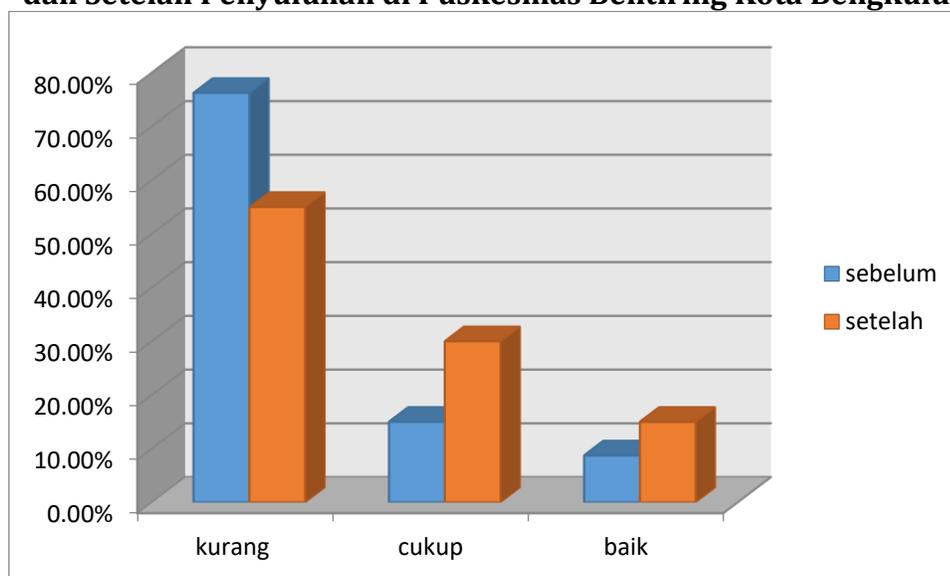
HASIL

Kegiatan ini dilakukan pada hari Jum'at 20 Mei dan Sabtu 21 Mei 2022 pada pukul 08.00 s/d 12.00 Wib di salah satu posyandu di wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu. Peserta kegiatan ini adalah 80 orang ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan, 6 orang dosen, dan 2 orang mahasiswa. Sebelum pelaksanaan penyuluh memperkenalkan diri terlebih dahulu lalu menjelaskan kegiatan yang akan dilakukan. Sebelum melakukan penyuluhan tentang pijat bayi dan sosialisasi teknik melakukan pijat bayi, dilakukan penilaian terlebih dahulu terhadap pengetahuan ibu tentang pijat bayi. Penyuluhan materi pijat bayi diberikan melalui power point, sedangkan sosialisasi teknik melakukan pijat bayi diberikan melalui video dan simulasi langsung oleh tim penyuluh menggunakan boneka, kemudian dilakukan demonstrasi pijat bayi oleh perwakilan peserta yang hadir langsung kepada bayi salah satu peserta penyuluhan.



Penyuluh memberikan materi dengan slide, yang diawali dengan penjelasan materi dengan menggunakan power point, setelah pemberian materi diadakan sesi tanya jawab dan dilanjutkan dengan simulasi teknik pijat bayi oleh penyuluh dan demonstrasi pijat bayi oleh peserta. Peserta penyuluhan terlihat cukup antusias terlihat dari terdapat 9 peserta yang memberikan pertanyaan, 4 orang yang bersedia melakukan demonstrasi pijat bayi dan pada akhir kegiatan terdapat 6 peserta yang memberikan feedback dan merangkum seluruh materi yang telah diberikan. Setelah proses penyuluhan selesai tahap akhir selanjutnya adalah dilakukan penilaian kembali terhadap pengetahuan ibu. Hasil akhir diperoleh sebelum penyuluhan persentase pengetahuan dan keterampilan dalam kategori kurang yaitu 76,25%, pengetahuan cukup 15%, dan pengetahuan baik 8,75%, sedangkan setelah penyuluhan persentase pengetahuan kurang menurun menjadi 55%, pengetahuan cukup menjadi 30%, dan pengetahuan baik meningkat menjadi 15%. Hal ini menunjukkan artinya terdapat peningkatan pengetahuan peserta tentang pijat bayi setelah dilakukan penyuluhan.

Tabel. 1 Gambaran Tingkat Pengetahuan Ibu tentang Pijat Bayi Sebelum dan Setelah Penyuluhan di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu



DISKUSI

Pijat bayi adalah terapi tertua dan paling populer yang dikenal manusia, juga merupakan perawatan kesehatan dan seni medis yang telah dipraktikkan selama berabad-abad (Roesli 2015). Pijat bayi tradisional banyak dilakukan di daerah yang masih bersifat urut tradisional. Banyak ibu, ayah atau anggota keluarga lainnya yang tidak menyadari manfaat pijat bayi, pijat bayi hanya dipandang sebagai terapi untuk menyembuhkan penyakit. Faktanya, pijatan yang dilakukan oleh ibu, ayah atau anggota keluarga lainnya adalah pijatan terbaik karena telah terbukti menyebabkan perubahan fisiologis yang bermanfaat, terutama dalam memenuhi kebutuhan pasien. Sentuhan ibu selama pemijatan akan dibalas oleh bayi sebagai bentuk perlindungan, kasih sayang, perhatian dan cinta yang tulus (Riksani 2018). Masyarakat masih banyak yang belum mengetahui tentang pijat bayi, karena pijat bayi masih banyak dilakukan oleh dukun bayi dikarenakan mereka takut akan resiko jika memijat bayinya sendiri, kurangnya pemahaman tentang manfaat pijat bayi, serta



kurangnya pengetahuan akan cara memijat bayi sendiri (Prasetyono 2017).

Pengetahuan adalah hasil tahu dari seseorang yang terjadi setelah seseorang mempersepsikan suatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga, seperti poster, majalah, atau sumber informasi dalam bentuk artikel, dan informasi dalam bentuk audio, seperti seminar, nasihat, atau didiskusikan oleh orang lain melalui percakapan sehari-hari (Notoatmodjo 2014). Pendidikan kesehatan adalah kegiatan pendidikan kesehatan yang dilakukan dengan menyebarkan pesan, membangun kepercayaan agar masyarakat tidak hanya mempersepsikan, mengetahui dan memahami tetapi juga mau mengamalkan tindakan yang berhubungan dengan kesehatan (Azwar 2020).

Berdasarkan hasil kegiatan penyuluhan diperoleh tingkat pengetahuan ibu sebelum diberikan penyuluhan pada 80 ibu yang memiliki bayi dan balita usia 0-6 bulan di Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu didapatkan hasil pengetahuan dan keterampilan dalam kategori kurang yaitu 76,25%, pengetahuan cukup 15%, dan pengetahuan baik 8,75%, sedangkan setelah penyuluhan persentase pengetahuan kurang menurun menjadi 55%, pengetahuan cukup menjadi 30%, dan pengetahuan baik meningkat menjadi 15%.

Hal ini sesuai dengan penelitian Mia (2021) yang menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi dapat meningkatkan pengetahuan ibu tentang cara melakukan pijat bayi, pengetahuan yang dimiliki tersebut akan ditelaah lebih dalam yang akan menentukan sikap dan dapat meningkatkan keterampilan melakukan pijat bayi (Sari et al. 2021).

Temuan ini sesuai dengan penelitian Eka (2001) tentang hubungan antara pendidikan kesehatan tentang pijat bayi dengan pengetahuan ibu di Desa Kecepatan Hulu. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah mendapatkan pendidikan kesehatan tentang pijat bayi, pengetahuan ibu meningkat. Tidak tertutup kemungkinan dengan pendidikan kesehatan ibu dapat menyerap materi dengan baik, dan peneliti menggunakan pamflet menarik yang dapat ibu ambil dan dapat dipelajari kembali untuk memahami peningkatan kesadaran ibu (Handayani and Wulandari 2021).

Kurangnya pemahaman ibu dalam memijat bayinya telah mempengaruhi sikapnya dan menjadi salah satu alasan mengapa ibu tidak memberikan pijatan pada bayinya. Pendidikan kesehatan sangat mempengaruhi pengetahuan ibu tentang pijat bayi, manfaat dan teknik pijat bayi, ternyata setelah mendapat pendidikan kesehatan pengetahuan ibu meningkat. Diharapkan setelah bertambahnya pengetahuan peserta, dapat terjadi perubahan sikap peserta terhadap pijat bayi karena manfaat pijat bayi yang luar biasa tidak hanya dirasakan oleh bayi tetapi juga sentuhan pijat bayi dan sentuhan kasih sayang yang dimulai pada usia dini melalui pijat bayi dapat meningkatkan kualitas hidup anak dan orang tua.

PENUTUP

Kesimpulan

Berdasarkan hasil kegiatan dapat disimpulkan bahwa penyuluhan tentang pijat bayi di wilayah kerja Puskesmas Bentiring Kota Bengkulu berhasil meningkatkan pengetahuan peserta tentang pijat bayi. Namun untuk meningkatkan keterampilan ibu lebih lanjut tentang pelaksanaan pijat bayi tidak dapat dilakukan hanya sekali penyuluhan saja, oleh karena itu diperlukan sosialisasi yang berkelanjutan oleh pihak puskesmas dan pihak terkait lainnya sehingga ibu memiliki pengetahuan dan keterampilan yang cukup sehingga ibu mampu dan



percaya diri melakukan pijat bayi.

DAFTAR REFERENSI

- [1] Ambasari, Maecelina Hestin, Sri Anggarini, and Angesti Nugraheni. 2017. "The Effect of Infant Massage Counseling on Infant Massage Practice by Mothers in Tugu Village, Jumantono Sub-District, Karanganyar Regency." *Journal of Health Science and Prevention* 1, no. 2: 73–78. <https://doi.org/10.29080/jhsp.v1i2.78>.
- [2] Azwar, Saifuddin. 2020. *Sikap Manusia : Teori Dan Pengukurannya (Edisi 2). 2nd Edn.* 2nd ed. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- [3] Handayani, Eka Yuli, and Sri Wulandari. 2021. "Hubungan Pendidikan Kesehatan Tentang Pijat Bayi Terhadap Pengetahuan Ibu Di Desa Kepenuhan Hulu Kabupaten Rokan Hulu." *JOURNAL : MATERNITY AND NEONATAL* 09, no. 01: 55–65. <https://journal.upp.ac.id/index.php/jmn/article/view/1036>.
- [4] Medise, Bernie Endyarni. 2014. "Stimulasi Pijat: Keamanan Dan Manfaat." In *IDAI Ikatan Dokter Anak Indonesia*. Unit Kerja Koordinasi Tumbuh Kembang-Pediatri Sosial IDAI. <https://www.idai.or.id/artikel/klinik/asi/stimulasi-pijat-keamanan-dan-manfaat>.
- [5] Notoatmodjo, Soekidjo. 2014. *Pendidikan Kesehatan Dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: PT Rineka Cipta.
- [6] Prasetyono, D. S. 2017. *Buku Pintar Pijat Bayi*. Yogyakarta: Buku Biru.
- [7] Riksani, Ria. 2018. *Cara Mudah Dan Aman Pijat Bayi*. Jakarta: Dunia Sehat.
- [8] Roesli, Utami. 2015. *Pedoman Pijat Bayi Edisi Revisi*. Jakarta: Trubus Agriwidya.
- [9] Sari, Mia Rita, Program Studi, Diploma Tiga, Akademi Kebidanan, and Husada Gemilang. 2021. "Keefektifan Pendidikan Kesehatan Dengan Metode Demonstrasi Terhadap Keterampilan Ibu Dalam Pijat Bayi." *Health Care : Jurnal Kesehatan* 10, no. 1: 54–61. <http://jurnal.payungnegeri.ac.id/index.php/healthcare/article/view/104>.
- [10] Vicente, Sonia, Manuela Verissimo, and Eva Diniz. 2017. "Infant Massage Improves Attitudes Toward Childbearing, Maternal Satisfaction and Pleasure in Parenting." *Infant Behav Dev Epub Sep* 2, no. 1: 114–19. <https://doi.org/doi: 10.1016/j.infbeh.2017.08.006>.



HALAMAN INI SENGAJA DIKOSONGKAN