

## Menstimulasi Tumbuh Kembang Anak Melalui Pelatihan Pijat Bayi Bagi Ibu dan Kader Posyandu

Nelly Karlinah<sup>1</sup>, Berliana Irianti<sup>2</sup>, Diandra Dwitavianty<sup>3</sup>, Windy Wdya Asmita<sup>4</sup>

<sup>1,2,3,4</sup> Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Fakultas Kesehatan, Universitas Hang Tuah Pekanbaru  
e-mail: [nellykarlinah@htp.ac.id](mailto:nellykarlinah@htp.ac.id)

### Abstrak

Bayi bisa tumbuh dan berkembang dengan baik apabila kebutuhan dasarnya terpenuhi, yaitu asah, asih dan asuh. Kebutuhan asah diklaim dengan kebutuhan stimulasi. Pemberian stimulasi perlu diberikan secara dini buat merangsang dan membuat sedini mungkin kemampuan sensorik, emosional bahkan kognitif bayi/anak yaitu menggunakan melakukan pijat bayi. Melalui pemijatan aliran darah akan lancar mengalir keseluruh tubuh, termasuk ke otaknya. Salah satu zat krusial yg dibawa yaitu oksigen. Terpenuhinya oksigen di otak secara relatif menciptakan konsentrasi dan kesiagaan bayi semakin baik. Salah satu manfaat dari pemijatan bayi yaitu merangsang nafsu makan bayi. Dengan dilakukan pemijatan bayi merangsang aktivitas nervus vagus, di mana saraf ini (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik serta meningkatkan persialtik usus dan pengosongan lambung meningkat yang dapat merangsang nafsu makan bayi. Tujuan dari PkM ini adalah untuk menstimulasi tumbuh kembang anak melalui pelatihan pijat bayi bagi ibu dan kader posyandu di desa karya indah, Metode pelaksanaan PkM ini ada 3 tahap yaitu tahap persiapan, pelaksanaan dan evaluasi. PkM ini telah dilaksanakan pada tanggal 17 Agustus 2023 di Posyandu desa karya indah. Pelaksanaan PkM ini bermanfaat dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dan kader posyandu khususnya tentang pijat bayi

**Kata kunci:** *Pijat Bayi, Stimulasi Tumbuh Kembang Anak*

### Abstract

*Babies can grow and develop well if their basic needs are met, namely nurturing, love and care. The need for sharpening is claimed with the need for stimulation. Stimulation needs to be given early to stimulate and develop as early as possible the baby's/child's sensory, emotional and even cognitive abilities, namely by doing baby massage. Through massage, blood flow will flow smoothly throughout the body, including the brain. One of the crucial substances carried is oxygen. Relatively sufficient oxygen in the brain makes the baby's concentration and alertness better. One of the benefits of baby massage is that it stimulates the baby's appetite. By massaging the baby, it stimulates the activity of the vagus nerve, where this nerve (the 10th brain nerve) will cause an increase in the levels of gastrin and insulin absorption enzymes, so that food absorption will be better and increase intestinal peristalsis and increased gastric emptying which can stimulate appetite. baby. The aim of this PkM is to stimulate children's growth and development through baby massage training for mothers and posyandu cadres in Karya Indah village. The method for implementing this PkM has 3 stages, namely the preparation, implementation and evaluation stages. This PkM was implemented on August 17 2023 at Posyandu Karya Indah village. The implementation of PkM is useful in increasing the knowledge and skills of mothers and posyandu cadres, especially regarding baby massage.*

**Keywords:** *Baby Massage, Stimulation of Child Growth and Development*

### PENDAHULUAN

Upaya kesehatan anak diatur dalam Permenkes Nomor 25 Tahun 2014 bahwa setiap anak berhak atas kelangsungan hidup, tumbuh dan berkembang serta berhak atas perlindungan dari kekerasan dan diskriminasi, sehingga perlu dilakukan upaya kesehatan anak secara terpadu, menyeluruh, dan berkesinambungan. Upaya kesehatan anak terlihat dari penurunan angka kematian anak dari tahun ke tahun. Angka Kematian Bayi (AKB) atau Infant Mortality Rate (IMR) merupakan indikator yang sangat sensitif terhadap upaya pelayanan kesehatan terutama yang berhubungan dengan bayi baru lahir perinatal dan neonatal. Dari kematian bayi sebesar 3,26/1.000 kelahiran hidup, 82 % terjadi pada saat neonatal (0-28 hari), 17,39 % post neonatal (29 hari -11 bulan) (Gefrianti, 2019).

Bayi bisa tumbuh dan berkembang dengan baik apabila kebutuhan dasarnya terpenuhi, yaitu asah, asih dan asuh. Kebutuhan asah diklaim dengan kebutuhan stimulasi. Pemberian stimulasi perlu diberikan secara dini buat merangsang dan membuat sedini mungkin kemampuan sensorik, emosional bahkan kognitif bayi/anak yaitu menggunakan melakukan pijat bayi. Melalui pemijatan aliran darah akan lancar mengalir keseluruh tubuh, termasuk ke otaknya. Salah satu zat krusial yg dibawa yaitu oksigen. Terpenuhinya oksigen di otak secara relatif menciptakan konsentrasi dan kesiagaan bayi semakin baik (Sembiring, 2017).

Jumlah bayi dan balita didesa karya indah tergolong banyak dan padatnya penduduk, namun dari beberap survei tim kesehatan terdapat beberapa anak yang statusnya stunting, alasan orang tua anak tidak memiliki nafsu makan yang baik, sehingga menyebabkan terjadinya stunting, tidak hanya hal itu orang tua selalu memberikan obat-obatan seperti vitamin untuk meningkatkan nafsu makan anaknya, padahal ada suatu metode yang bisa membuktikan berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pijat bayi dapat meningkatkan nafsu makan anak dan dapat meningkatkan berat badan.

Pijat bayi disebut juga sebagai *stimulus touch* atau terapi sentuh. Dikatakan terapi sentuh karena melalui pijat bayi inilah akan terjadi komunikasi yang nyaman dan aman antara ibu dan buah hatinya (Riksani, 2012). Pijat bayi berbeda dengan pijat yang dilakukan terhadap orang dewasa. Perbedaan ini terletak pada besarnya tekanan yang diberikan. Pada pijat bayi biasanya lebih cenderung berupa sentuhan-sentuhan lembut, sehingga disebut juga *stimulus touch* (Prasetyono, 2017). Sentuhan dan pandangan mata yang terjadi pada saat pijat bayi berlangsung dapat mengalirkan kasih sayang di antara keduanya yang merupakan dasar untuk meningkatkan rasa aman, mengurangi kecemasan, menciptakan hubungan emosi yang baik antara keduanya, dan meningkatkan kemampuan fisik.<sup>5</sup> Terapi sentuh atau stimulasi adalah suatu kegiatan merangsang kemampuan dasar anak usia 0-6 tahun agar pertumbuhan dan perkembangan anak dapat optimal (Kemenkes, 2020). Jenis-jenis stimulasi yang akan diberikan terhadap bayi untuk menstimulus perkembangan bayi dianjurkan menggunakan pendekatan rangsangan multimodal. Rangsangan

multimodal ini meliputi rangsang vestibular kinestetik, pendengaran, visual, dan taktil. Stimulasi ini sangatlah baik bila dilakukan oleh orangtua, salah satu upaya untuk meningkatkan imunitas anak salah satunya dengan melakukan stimulasi pijat bayi yang dapat dilakukan oleh orangtua.

Pijat bayi dapat digolongkan sebagai aplikasi stimulasi sentuhan, karena dalam pijat bayi terdapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara atau bicara, pandangan mata, gerakan, dan pijatan. Stimulasi ini akan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi sel - sel otak (Triana, 2017). Pijat bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Susanti, 2019).

Masa tumbuh kembang bayi merupakan masa keemasan sekaligus masa kritis perkembangan seseorang yaitu pada usia 0-12 bulan. Dikatakan masa keemasan karena masa bayi berlangsung sangat singkat dan tidak dapat diulang kembali. Dikatakan masa kritis karena pada masa ini bayi sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi serta stimulasi yang baik untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Pertumbuhan adalah perubahan fisik dan peningkatan ukuran bagian tubuh dari seorang individu yang masing-masing berbeda, sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya kemampuan, keterampilan, dan fungsi tubuh yang lebih kompleks dalam motorik kasar, motorik halus, bicara dan bahasa, serta sosialisasi dan kemandirian yang dimiliki individu untuk beradaptasi dengan lingkungan. Stimulus merupakan salah satu cara untuk meningkatkan perkembangan pada bayi, agar bayi dapat berkembang dengan baik (Susanti, 2019).

Salah satu manfaat dari pemijatan bayi yaitu merangsang nafsu makan bayi. Dengan dilakukan pemijatan bayi merangsang aktivitas nervus vagus, di mana saraf ini (saraf otak ke-10) yang akan menyebabkan peningkatan kadar enzim penyerapan gastrin dan insulin, sehingga penyerapan makanan akan lebih baik serta meningkatkan persitaltik usus dan pengosongan lambung meningkat yang dapat merangsang nafsu makan bayi (Khairunnisa, 2021). Salah satu mekanisme dasar pijat bayi adalah aktivitas Nervus Vagus meningkatkan volume ASI yaitu penyerapan makanan menjadi lebih baik karena peningkatan Aktivitas Nervus Vagus menyebabkan bayi cepat lapar sehingga akan lebih sering menyusu pada ibunya. Seperti diketahui, ASI akan semakin banyak diproduksi jika semakin banyak diminta. selain itu, ibu yang memijat bayinya akan merasa lebih tenang dan hal ini berdampak positif pada peningkatan volume ASI (Harahap, 2019). Sesuai dengan penelitian yang dilakukan.<sup>12</sup> kepada bayi usia 3-5 bulan didapatkan peningkatan berat badan bayi yang dipijat selama 4 minggu yang dilakukan secara rutin lebih tinggi dibandingkan berat badan bayi yang tidak dipijat. Hal ini terjadi karena hormon stress pada

bayi menurun, maka bayi dapat menghisap ASI lebih banyak, sehingga produksi ASI meningkat dan berat badan akan meningkat

Menurut Saputri (2019), Manfaat pijat bayi ini dapat membuat bayi merasa nyaman, dan relaks, pijat membuat otot – otot bayi menjadi renggang, pijat bayi dapat membantu konsentrasi, memicu perkembangan otak, meringankan pencernaan, dan membantu oksigen menuju ke otak. Adanya respon yang baik (80%) ibu memahami pentingnya pijat bayi. pada bayi cukup bulan usia 1-6 bulan dipijat 15 menit, dalam dua kali seminggu, akan mengalami kenaikan berat badan lebih baik dari pada bayi yang tidak dipijat. Namun hasil ini tidak sejalan dengan penelitian Khairunnisa (2021), yang menyatakan bahwa tidak terdapat pengaruh pemberian pijat bayi terhadap perubahan berat badan bayi.

Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Karlinah (2022), dimana penelitian saya sendiri yang membuktikan bahwa terdapat pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan dengan nilai p value  $0,001 < 0,005$  ada pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi.

**Permasalahan Mitra/Masyarakat**

Berdasarkan hasil pengkajian komunitas yang sudah dilakukan melalui metode windshield survey, observasi, wawancara kepada ibu dan kader di desa karya indah kec. tapung Kab. kampar pada tanggal 20 Juli 2023 diperoleh 8 dari 10 ibu yang memiliki bayi mengatakan bayinya tidak memiliki berat badan yang ideal, hal ini disebabkan karena nafsu makan bayi tidak ada dan pijat bayi merupakan salah satu metode non farmakologi yang dapat meningkatkan nafsu makan dan berat badan bayi, selain itu sasaran yang akan diberikan pelatihan pijat bayi adalah kader kesehatan yang ada di desa belum mengetahui cara memijat bayi, dan 4 dari 5 kader juga mengatakan hal yang sama dan tidak mengetahui manfaat dari pijat bayi

**METODE**

**A. Metode**

Metode pelaksanaan pelatihan pijat bayi ini dilaksanakan pada tanggal 17 Agustus tahun 2023, diadakan di Posyandu Desa Karya Indah, Kec. Tapung, Kab. Kampar. Adapun pelaksanaan sebagai berikut : Pemeriksaan pertumbuhan anak yaitu tinggi badan dan berat badan. Pemeriksaan dilakukan sebelum diberikan pelatihan pijat bayi, Tes perkembangan dengan menggunakan KPSP. Pemeriksaan dilakukan sebelum diberikan pelatihan pijat bayi dan Pemberian pelatihan pijat bayi kepada ibu dengan balita.

**B. Pelaksanaan Kegiatan**

No.	PERSIAPAN	URAIAN KEGIATAN
-----	-----------	-----------------

1.	Persiapan	Observasi ulang lokasi setelah proposal lulus seleksi
		Koordinasi ulang dengan kepala Desa dan Petugas Pustu
		Penyusunan Kegiatan, dengan rincian sebagai berikut : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Peserta yang hadir di lakukan pendataan tentang nama dan usianya peserta pelatihan.</li> <li>• Dilakukan pemeriksaan BB dan TB sebelum pelatihan pijat bayi</li> <li>• Dilakukan tes perkembangan dengan menggunakan KPSP sebelum pelatihan pijat bayi</li> <li>• Pemberian pelatihan pijat bayi</li> <li>• Kesimpulan dari hasil pemeriksaan disampaikan ke orang tua untuk dijadikan masukan</li> <li>• Kumpulan hasil pemeriksaan direkap dan disampaikan ke pihak mitra.</li> </ul>
		Persiapan bahan dan alat yang terdiri dari : <ul style="list-style-type: none"> <li>• Timbangan Berat bandan</li> <li>• Alat pengukur tinggi badan</li> <li>• Lembar KPSP</li> <li>• Modul Pijat Bayi</li> <li>• Phantom bayi, baby oil, dan pakaian bayi.</li> <li>• Alat tulis dan kertas</li> </ul>
2.	Pelaksanaan	Pelatihan Pijat Bayi dibantu oleh mahasiswa
3.	Evaluasi	Tahap evaluasi merupakan tahapan yang dilakukan untuk menilai kegiatan secara keseluruhan dan meninjau kembali apakah terdapat kekurangankekurangan selama kegiatan. Tahap evaluasi ini bertujuan agar kegiatan yang dilakukan dapat berjalan dengan efektif dan sesuai dengan yang diharapkan. Tahap evaluasi difokuskan pada kemampuan ibu dan kader dalam melakukan pijat bayi dan penambahan berat badan bayi pada penimbangan posyandu bulan berikutnya

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Metode kegiatan yang dilakukan dalam Pengabdian kepada Masyarakat tentang Menstimulasi Tumbuh Kembang Anak Melalui Pelatihan Pijat Bayi Bagi Ibu dan Kader Posyandu di Desa Karya Indah yaitu: 1) Mengumpulkan data bayi di Posyandu desa karya indah; 2) Melakukan birokrasi dan pengajuan perijinan kegiatan kepada penanggung jawab posyandu desa karya indah; 3) Memberikan pelatihan pijat bayi kepada kader dan ibu yang memiliki bayi di Posyandu desa karya indah.

Hasil yang dicapai dalam pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat sangat memuaskan. Hal ini dapat dilihat dari para peserta dengan antusiasnya berusaha menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Peserta juga sangat semangat saat mempraktekkan secara langsung bagaimana melakukan pemijatan bayi dengan menggunakan panthom bayi maupun langsung ke bayinya

**Hasil Pelaksanaan Pengabdian Kepada Masyarakat**



**Gambar. Pelatihan Pijat Bayi Bagi Ibu dan Kader Posyandu**

**SIMPULAN**

Pelaksanaan Pengabdian kepada masyarakat sangat memuaskan. Hal ini dapat dilihat dari para peserta dengan antusiasnya berusaha menjawab pertanyaan-pertanyaan yang diajukan oleh tim pengabdian kepada masyarakat. Peserta juga sangat semangat saat mempraktekkan secara langsung bagaimana melakukan pemijatan bayi dengan menggunakan panthom bayi maupun langsung ke bayinya

**SARAN**

Kegiatan pelatihan pijat bayi bagi ibu dan kesder kesehatan ini sangat bermanfaat untuk menstimulasi tumbuh kembang bayi serta dapat diterapkan setiap hari kepada bayi, pijat bayi maksimal dilakukan 2 kali sehari pada pagi hari dan pada malam hari.

**UCAPAN TERIMA KASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Universitas Hang Tuah Pekanbaru dan Posyandu Desa Karya Indah yang telah memberikan kesempatan sehingga kegiatan pengabdian ini dapat berjalan dengan lancar dan sesuai dengan harapan.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Gefrianti, S. (2019) Profil Kesehatan Jawa Barat. Bandung
- Harahap, N.R. (2019) 'Pijat Bayi Meningkatkan Berat Badan Bayi Usia 0-6 Bulan', *Jurnal Kesehatan Prima*, 13(2), p. 99. Available at: <https://doi.org/10.32807/jkp.v13i2.226>.
- Kementrian Kesehatan RI. 2020. Pedoman pelaksanaan stimulasi, deteksi dini intervensi dini tumbuh kembang anak di tingkat pelayanan kesehatan dasar. Jakarta: Kementrian Kesehatan
- Khairunnisa (2021) Pengaruh Pemberian Stimulasi Pijat Bayi terhadap Berat Badan pada Bayi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu.
- Khairunnisa (2021) Pengaruh Pemberian Stimulasi Pijat Bayi terhadap Berat Badan pada Bayi. Politeknik Kesehatan Kemenkes Bengkulu
- Prasetyono, D.S. 2017. Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta: Buku Biru
- Prasetyono, D.S. 2017. Buku Pintar Pijat Bayi. Yogyakarta: Buku Biru
- Riksani, Ria. 2012. Cara Mudah Dan Aman Pijat Bayi. Jakarta: Dunia Sehat. Suprihatin, Kusmini, Melyana Nurul Widyawati, and Sutarmi. 2014. Mom Massage, Baby Massage and Spa. Semarang: IHCA
- Saputri, N. (2019). Pentingnya Manfaat Pijat Bayi Pada Bayi Usia 0-12 Bulan. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat DINAMISIA*, Vol. 3 Hal 49-5
- Sembiring, J. B. (2017) Asuhan Neonatus, Bayi, Balita, Anak Pra Sekolah. Yogyakarta: Deepublish.
- 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
- Subakti, Y and Anggrani, D. (2008) Keajaiban Pijat Bayi dan Balita.
- Susanti, J. (2019) Efektivitas Pijat Bayi terhadap Peningkatan Motorik pada Bayi Usia 6-12 Bulan di Klinik Hanna Kasih Medan. Institut Kesehatan Helvetia Medan.
- Triana, M. (2017) Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi Usia 1 - 4 Bulan Di Puskesmas Tamalanrea Makassar. Universitas Hasanuddin.
- Triana, M. (2017) Pengaruh Pemberian Pijat Bayi Terhadap Perubahan Berat Badan Bayi Usia 1 - 4 Bulan Di Puskesmas Tamalanrea Makassar. Universitas Hasanuddin.