

## Jurnal Pengabdian Kesehatan Komunitas (Journal of Community Health Service)

e-ISSN 2797-1309

<https://jurnal.htp.ac.id/index.php/jpkk>

### Pelatihan Pijat Bayi Bagi Kader Posyandu Di Wilayah Kerja Puskesmas Rumbai Pesisir

#### *Baby Message Training For Posyandu Cadres In Rumbai Pesisir Public Health Center Working Area*

Juniar Ernawaty<sup>1\*</sup>, Yulia Irvani Dewi<sup>2</sup>

Fakultas Keperawatan Universitas Riau<sup>1,2</sup>

e-mail : [juniar.ernawaty@lecturer.unri.ac.id](mailto:juniar.ernawaty@lecturer.unri.ac.id)

#### Histori artikel

Received:  
19-05-2024

Accepted:  
28-05-2024

Published:  
06-08-2024

#### Abstrak

Pemenuhan kebutuhan tumbuh kembang bayi merupakan tanggung jawab orang tua, karena kegagalan pada masa ini akan memberikan permasalahan dan gangguan pada bayi. Stimulasi dalam masa bayi sangat diperlukan untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangannya. Pijat bayi merupakan suatu kegiatan yang dilakukan oleh orang tua yang akan memberikan manfaat yang besar pada bayi dan orang tua. Manfaat pijat bayi adalah meningkatkan berat badan, kenyamanan, kedekatan (bonding), imunitas dan kualitas tidur. Salah satu bentuk kegiatan yang bisa diberikan kepada masyarakat adalah memberikan pendidikan kesehatan tentang pijat bayi melalui kader kesehatan. Kelompok sasaran adalah kader kesehatan di Puskesmas Rumbai pesisir yang berjumlah 30 orang. Permasalahan yang dihadapi mitra: belum pernah dilakukan penyuluhan dan pelatihan tentang pijat bayi, belum dilakukannya pijat bayi secara optimal sebagai upaya promotif di masyarakat oleh tenaga kesehatan. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah meningkatkan pengetahuan, keterampilan, dan kemandirian mitra dalam memberikan edukasi kepada ibu-ibu, sehingga meningkatnya kemandirian ibu-ibu dalam melakukan pijat bayi. Kegiatan ini dilakukan selama 1 bulan dengan metode pembelajaran ceramah dan demonstrasi pada kader posyandu. Dari hasil pelatihan ditemukan peningkatan pengetahuan dari 70,33 sebelum pelatihan menjadi 89,33 setelah pelatihan. Kader juga menunjukkan kemampuan demonstrasi pijat bayi pada pantom peraga yang ada.

*Kata Kunci:* Kader Kesehatan, Pijat Bayi, pelatihan

### **Abstract**

*Fulfilling the baby's growth and development needs is the parent's responsibility, because failure during this period will cause problems and disturbances for the baby. Stimulation during infancy is very necessary to stimulate growth and development. Baby massage is an activity carried out by parents which will provide great benefits to the baby and parents. The benefits of baby massage are increasing weight, comfort, closeness (bonding), immunity and sleep quality. One of the activities that can be provided to the community is providing health education about baby massage through health cadres. The target group is health cadres at the Rumbai Pesisir Public Health Centre, totaling 30 cadres. The problems faced by partners were that there had never been any counseling and training on baby massage, and it had not been carried out optimally as promotive efforts in the community by health workers. The aim of this service activity is to increase the knowledge, skills and independence of partners in providing education to mothers, thereby increasing mothers' independence in carrying out baby massage. This activity was carried out for 1 month using lecture and demonstration for posyandu cadres. As a result, it was found that knowledge increased from 70,33 to 89,33 after training given. The health cadres also demonstrated their ability to massage using babies phantom.*

**Keywords:** *health cadres, baby massage, training*

## **PENDAHULUAN**

Pijat bayi pertama kali diperkenalkan di China pada abad kedua sebelum masehi. Memijat bayi merupakan tradisi dinegara India dan negara Asia lainnya. Berbagai minyakurut dipakai dalam memijat (Kulkarni et al., 2010). Di negara Barat, praktek pijat bayi baru populer di 30 tahun terakhir. Seperti halnya di negara Asia lainnya, di Indonesia, pijat bayi ini merupakan tradisi dalam merawat bayi.

Pijat bayi dapat memberikan manfaat kepada bayi dan orangtua. Pijat bayi termasuk suatu stimulus pada bayi karena memiliki unsur sentuhan yang akan merangsang pertumbuhan sel otak. Selain itu pijat bayi dapat merangsang hormon pencernaan sehingga penyerapan makanan menjadi lebih baik. Pijat bayi dapat menimbulkan rasa cepat lapar pada bayi sehingga bayi lebih sering menyusui dan dapat menyebabkan terjadi peningkatan berat badan bayi (Roesli, 2016).

Sementara itu, pijat bayi juga akan memberikan manfaat bagi orangtua diantaranya adalah meningkatkan *bonding* pada orangtua dan anak, membantu orangtua untuk bisa berkomunikasi melalui sentuhan dengan anak, meningkatkan kepercayaan diri orang tua dalam mengasuh anak, meningkatkan kemampuan orangtua untuk membantu bayi untuk relaksasi, meredakan stress orang tua dan menciptakan suasana yang menyenangkan bagi anak (Medise, 2014). Suatu artikel review terhadap beberapa penelitian *randomized controlled trials* pada populasi bayi preterm menunjukkan bahwa sebahagian besar penelitian

mengevaluasi efek pijat bayi pada berat badan dan menunjukkan peningkatan berat badan. Pada artikel ini juga ditemukan beberapa penelitian lainnya menunjukkan efek pijat bayi terhadap penilaian perkembangan, menurunkan perilaku stres, pengaruh positif pada sistem imun, meningkatkan toleransi pada nyeri dan proses hospitalisasi lebih cepat (Niemi, 2017). Penelitian pendukung lainnya menunjukkan bahwa pijat bayi dapat meningkatkan kualitas tidur pada bayi. Penelitian ini merekomendasikan pentingnya tenaga kesehatan mengedukasi ibu agar mampu dan mau melakukan pijat bayi sehingga anak dapat memiliki kualitas tidur yang lebih baik (Ifalahma & Sulistiyanti, 2016).

Fenomena yang terjadi dimasyarakat saat ini masih banyak ditemukannya anak-anak yang mengalami keterlambatan pada pertumbuhan dan perkembangannya. Fenomena ini terjadi karena banyak orangtua yang kurang memahami akan pentingnya proses serta tahapan pertumbuhan dan perkembangan pada anak mereka. Banyak anggapan dari masyarakat terutama ibu-ibu bahwa bayi jika diberi ASI ataupun makanan tambahan saja sudah cukup, namun untuk aspek perkembangannya tidak terlalu diperhatikan. Pengetahuan tentang manfaat dan pentingnya pijat bayi perlu diberikan kepada masyarakat terutama ibu-ibu melalui kader kesehatan.

Bagi masyarakat Indonesia, pijat sering dilakukan oleh dukun urut secara tradisional pada anak bukan pada bayi. Pijat bayi biasanya dilaksanakan di rumah sakit dan klinik kesehatan oleh tenaga kesehatan. Kader kesehatan merupakan perpanjangan tangan dari tenaga kesehatan akan lebih banyak waktu dan kesempatan untuk mengajarkan ibu-ibu dalam melakukan pijat bayi. Pijat bayi ini relatif lebih mudah dilakukan, tanpa biaya dan tidak memiliki efek samping. Tindakan ini bisa dilakukan oleh ibu secara mandiri kepada bayinya tanpa harus menggunakan jasa tenaga kesehatan.

Mitra dalam kegiatan ini adalah kelompok kader kesehatan. Kader kesehatan yang berada di wilayah kerja puskesmas Rumbai Pesisir sebanyak 30 orang yang merupakan perwakilan dari 12 RW di Kelurahan Limbungan dan 13 RW di Kelurahan Meranti Pandak. Menurut Pimpinan Puskesmas tiap bulan rutin dilakukan pertemuan kader yang membahas tentang permasalahan kesehatan masyarakat diwilayah masing-masing. Namun, tidak semua kader yang aktif hanya sekitar 20 orang. Pelatihan dan penyuluhan kesehatan sudah sering diberikan kepada kader kecuali tentang pijat bayi. Berdasarkan uraian tersebut, maka penting dilakukan program pemberdayaan kader kesehatan dengan melakukan pelatihan pijat bayi.

## **TUJUAN**

Pengabdian ini bertujuan sebagai berikut:

1. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan kader posyandu dalam memberikan informasi dan melakukan pijat bayi. Hal ini merupakan salah satu program membawa misi

pembangunan kesehatan ditingkat paling dasar karena kader adalah perpanjangan tangan dari Puskesmas atau Dinas Kesehatan.

2. Meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pijat bayi, selain juga akan meningkatkan kemandirian ibu dalam memberikan stimulasi kepada bayinya.

## METODE

Target pengabdian ini adalah kader posyandu yang berjumlah 30 orang. Pengabdian ini dilakukan pada bulan Agustus 2017. Adapun langkah-langkah kegiatan yang dilakukan dimulai dengan memberikan soal pre test terkait pijat bayi, presentasi terkait konsep dan praktik pijat bayi, demonstrasi terkait pijat bayi, redemonstrasi pijat bayi oleh peserta dan memberikan soal post test terkait pijat bayi. Soal ini terdiri dari definisi, waktu melakukan pijat bayi, cairan yang digunakan pada pijat bayi, dan manfaat pijat bayi, Lokasi target pengabdian ini adalah wilayah kerja puskesmas Rumbai Pesisir Pekanbaru Riau yang terdiri dari 12 RW di Kelurahan Limbungan dan 13 RW di Kelurahan Meranti pandak. Adapun no surat telah selesai melakukan kegiatan dari UPTD Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru adalah nomor 445/0301-SKT/607 tertanggal 8 September 2017.

## HASIL

Hasil Pengabdian masyarakat ini terdiri dari beberapa tahapan yaitu:

- A. Memberikan soal pretest terkait pijat bayi

Menggunakan kuesioner melakukan pengkajian tingkat pengetahuan kader terkait pijat bayi dan diperoleh rerata skor tingkat pengetahuan dari 30 kader adalah 70,33. Kegiatan pre-test dan post-test diberikan oleh saudara Yulia Irvani Dewi selama kurang lebih 15 menit. Dengan hasil pre-test dan post-test bisa dilihat pada tabel 1.

- B. Presentasi terkait konsep dan praktik pijat bayi

Pada tahapan ini, kader mendapatkan informasi atau pengetahuan terkait definisi pijat bayi, manfaat dan prosedur pijat bayi. Pemberi materi adalah saudara Juniar ernawaty dengan lama presentasi sekitar 30 menit, dengan materi yaitu sejarah pijat bayi, definisi, manfaat, dan prosedur. Pemberian materi dilaksanakan di aula Puskesmas Rumbai Kota Pekanbaru pada hari Selasa, tanggal 15 Agustus 2017, saat itu respon peserta sangat antusias karena memang belum pernah sebelumnya dilakukan pelatihan serupa.

- C. Demonstrasi terkait pijat bayi

Pada tahapan ini, pemateri melakukan demonstrasi pijat bayi pada phantom bayi dengan tahapan sebagai berikut (Association of paediatric chartered physiotherapist, 2012):



**Gambar 1. Presentasi terkait konsep dan praktik pijat bayi**

1. Letakkan telapak tangan sedatar mungkin dengan dada. Lakukan pijat lembut bolak balik ke bahu. Lalu dari lengan atas ke siku



2. Lakukan gerakan memijat lembut dari dada ke area perut



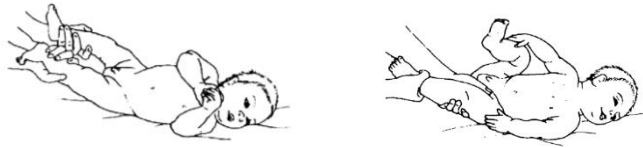
3. Lakukan pijatan gerakan memutar disekitar area perut searah jarum jam



4. Lalu secara lembut pijat perut bayi dari arah tepi ke arah perut



5. Pijat lembut kaki dari atas kebawah bisa bersamaan atau tidak



6. Lakukan gerakan memeras dikaki dan juga ditangan dengan cara yang sama
7. Buka tangan dan pijat dasar jari dan telapak tangan. Kemudian tarik jari kaki secara lembut satu persatu



8. Buka jari kaki lalu pijat lembut dasar kaki dan telapak kaki. Lalu tarik jari kaki secara lembut satu persatu



9. Tahan pergelangan kaki, biarkan lutut menekuk dan secara lembut tekan kearah bahu. Jangan dipaksakan ikuti kemampuan bayi



10. Telungkupkan bayi. Lalu pijat dari arah bahu ke pantat



11. Lanjutkan pijatan kearah kaki bawah



## 12. Secara lembut tekan tumit kaki mengarah ke pantat



## D. Redemonstrasi pijat bayi oleh peserta

Pada tahapan ini, kader diminta melakukan redemonstrasi pijat bayi menggunakan phantom bayi yang ada. Para peserta diminta mendemonstrasikan tahapan-tahapan prosedur pijat bayi sesuai yang telah diajarkan oleh pemberi materi dan diakhiri dengan masukan terhadap prosedur yang dilakukan peserta yaitu para kader posyandu.

## E. Memberikan soal post-test terkait pijat bayi

Menggunakan kuesioner mengkaji pengetahuan kader terkait pijat bayi pasca diseminasi ilmu dilakukan. Dari hasil evaluasi post test diperoleh rerata skor pengetahuan ibu terkait pijat bayi naik menjadi 89,33. Hasil pre-test dan post-test bisa dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1. Hasil Pre-Test Dan Post-Test**

No peserta	Hasil pre-test	Hasil post-test
1.	80	80
2.	40	80
3.	80	100
4.	80	80
5.	80	100
6.	80	100
7.	60	80
8.	80	100
9.	80	100
10.	40	80
11.	80	100
12.	80	100
13.	80	100
14.	80	100
15.	40	100
16.	40	60
17.	60	100
18.	80	60
19.	80	100
20.	60	100
21.	100	80
22.	10	80
23.	100	100
24.	80	100

25.	80	80
26.	80	100
27.	80	80
28.	80	80
29.	60	60
30.	60	100
<b>Rata-rata</b>	<b>70,33</b>	<b>89,33</b>

## PEMBAHASAN

Manfaat pijat bayi telah banyak diteliti. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa pijat bayi bermanfaat untuk kualitas tidur bayi, peningkatan berat badan dan stimulus tumbuh kembang bayi.

Hasil beberapa penelitian juga telah membuktikan bahwa pijat bayi berpengaruh pada berat badan bayi. Rokayah & Nurlatifah (2018) dan Marni (2019) menemukan dalam penelitiannya bahwa tindakan pijat bayi memberikan dampak positif terhadap berat badan bayi. Carolin, Suprihatin & Agustin (2020) menemukan hal serupa bahwa pijat bayi memberikan efek peningkatan pada berat badan bayi. Pada neonatus, Safitri, Lathifah, & Iqmy (2021) menemukan terjadi peningkatan BB yang signifikan pada bayi neonatus setelah dilakukan pijat bayi.

Pijat bayi ternyata berpengaruh pada tidur bayi. Hasil penelitian dari Sukmawati & Imanah (2020); Pratiwi (2021); Ifalahma & Sulistiyanti (2016) menemukan terdapat efektifitas pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi. Terhadap lama tidur bayi, Permata (2017) menemukan ada efek pemberian pijat bayi terhadap peningkatan lama tidur malam hari pada bayi usia 3-6 bulan sebelum dan sesudah pemijatan.

Pijat bayi juga bermanfaat pada pertumbuhan dan perkembangan bayi, hal ini seperti penelitian yang dilakukan Merida & Hanifa (2022) yang menemukan pengaruh pijat bayi dengan tumbuh kembang bayi pada bayi usia 6-12 bulan. Sari (2014) menemukan dalam penelitiannya bahwa pijat bayi 11 kali lebih besar untuk meningkatkan kemampuan mengangkat dada, 10 kali lebih besar untuk meningkatkan kemampuan mengangkat leher, dan pijat bayi memiliki efektifitas yang besar dalam meningkatkan pertumbuhan (berat badan dan Panjang badan).

Pemberian edukasi kepada kader posyandu terkait pijat bayi hingga kader bisa melakukan redemonstrasi pijat bayi sangat bermanfaat, karena melalui kader posyandu, ibu-ibu dengan anak bayi di wilayah kerja Puskesmas rumbai Pesisir khususnya pada posyandu pada 12 RW di Kelurahan Limbungan dan 13 RW di Kelurahan Meranti pandak akan mendapatkan manfaat, karena keterampilan baru yang diperoleh para kader, bisa di pergunakan untuk mengedukasi para ibu yang datang ke posyandu untuk melakukan pijat bayi secara teratur kepada bayinya secara mandiri.



Dari pengabdian ini didapatkan hasil bahwa para kader yang hadir sudah memiliki pengetahuan awal terkait pijat bayi dengan rerata skor pengetahuan yaitu sebesar 70,33, dan menunjukkan peningkatan skor pengetahuan setelah dilakukan pelatihan terkait pijat bayi menjadi skor dengan rerata 89,33. Dari hasil pengabdian ini juga diperoleh hasil bahwa ibu kader sudah dapat mendemonstrasikan pijat bayi pada alat peraga berupa pantom dan diharapkan dapat nanti mengedukasi dan mendemonstrasikan pijat bayi yang benar kepada para ibu yang datang ke posyandu.

Para kader terlihat antusias selama pelatihan yang dilakukan oleh tim dosen keperawatan UNRI, kegiatan ini dapat menambah keterampilan para kader posyandu terkait stimulasi tumbuh kembang bayi khususnya keterampilan mengedukasi para ibu-ibu terkait manfaat pijat bayi dan meredemonstrasikannya secara benar.

## **SIMPULAN**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini dilakukan pada bulan Agustus 2017 pada 30 Kader posyandu di wilayah kerja Puskesmas Rumbai Pesisir. Kegiatan yang dilakukan terdiri dari lima tahapan, pertama memberikan soal pre test terkait pijat bayi, kedua melakukan presentasi terkait konsep dan praktik pijat bayi, ketiga demonstrasi terkait pijat bayi, ke empat meminta redemonstrasi terkait pijat bayi oleh para peserta pelatihan, dan kelima memberikan soal post-test terkait pijat bayi. Dari pengabdian ini didapatkan hasil bahwa para kader yang hadir sudah memiliki pengetahuan awal terkait pijat bayi dengan rerata skor pengetahuan yaitu sebesar 70,33, dan menunjukkan peningkatan skor pengetahuan setelah dilakukan pelatihan terkait pijat bayi menjadi skor dengan rerata 89,33. Dari hasil pengabdian ini juga diperoleh hasil bahwa ibu kader sudah dapat mendemonstrasikan pijat bayi pada alat peraga berupa pantom bayi.

Dapat disimpulkan dari kegiatan pengabdian ini, kader posyandu merupakan sasaran target pengabdian yang tepat terkait pelatihan pijat bayi, karena keterampilan ini dapat dipergunakan untuk mengedukasi ibu dengan bayi yang datang ke posyandu untuk melakukan pijat bayi secara teratur kepada bayinya, karena memberi banyak manfaat bagi pertumbuhan bayi.

Kegiatan pengabdian masyarakat ini telah membantu meningkatkan keterampilan kader posyandu sehingga paham dan mampu mendemonstrasikan pijat bayi dan pada akhirnya memberi manfaat pada ibu-ibu yang berkunjung ke posyandu untuk secara teratur melakukan pijat bayi pada bayinya.

Disarankan agar pelatihan serupa dapat dilakukan kembali sebagai penyegaran agar kader posyandu lebih termotivasi dan berkompeten dalam melakukan prosedur pijat bayi, hingga kader bisa mengedukasi dan mengajarkan kepada ibu-ibu yang datang keposyandu

untuk memijat bayinya dirumah sesuai tahapan prosedur pijat bayi yang benar. Selain itu perlu ditambahkan materi berupa aspek ekonomis dan enterpreuner bagi kader posyandu sebagai dampak dari pelatihan pijat bayi.

## UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terimakasih kepada Fakultas Keperawatan Universitas Riau atas dukungannya sehingga pengabdian ini dapat terselenggara dengan baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Association of paediatric chartered physiotherapist. (2012). *Baby message*.
- Carolin, B. T., Suprihatin, S., & Agustin, C. (2020). Pijat bayi dapat menstimulus peningkatan berat Badan pada Bayi. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 10(02), 28–33.
- Ifalahma, D., & Sulistiyanti, A. (2016). Efektivitas pijat bayi terhadap kualitas tidur bayi di Kelurahan Kadipiro Banjarsari Surakarta. *Infokes: Jurnal Ilmiah Rekam Medis Dan Informatika Kesehatan*, 6(2).
- Kulkarni, A., Kaushik, J., Gupta, P., Sharma, H., & Agrawal, R. (2010). Message touch therapy in neonates: The current evidence. *Indian Pediatrics*, 74, 771–776.
- Marni, M. (2019). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan berat badan pada bayi. *Jurnal Kebidanan Indonesia*, 10(1), 12–18.
- Medise, B. (2014). *Stimulasi pijat: keamanan dan manfaat*.
- Merida, Y., & Hanifa, F. N. (2022). Pengaruh pijat bayi dengan tumbuh kembang bayi. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 27–32.
- Niemi, A. K. (2017). Review of randomized controlled trials of massage in preterm infants. *Children*, 4(4), 21.
- Permata, A. (2017). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan lama tidur malam pada bayi 3-6 bulan. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 10(2).
- Pratiwi, T. (2021). Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Kualitas Tidur Bayi Usia 1-6 Bulan. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 9–13.
- Roesli. (2016). *Pedoman pijat bayi*. PT. Trubus Agriwidya.
- Rokayah, Y., & Nurlatifah, L. (2018). Efektifitas pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan pada bayi usia 5-6 bulan di Desa Rangkasbitung Barat Tahun 2017. *Jurnal Medikes (Media Informasi Kesehatan)*, 5(2), 156–167.
- Safitri, M., Lathifah, N. S., & Iqmy, L. O. (2021). Pengaruh pijat bayi terhadap peningkatan

berat badan neonatus. *Midwifery Journal*, 1(2), 94–100.

Sari, P. E. K. (2014). *Efektifitas pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi usia 6 bulan di Kelurahan Bintaro Jakarta*.

Sukmawati, E., & Imanah, N. D. N. (2020). Efektivitas pijat bayi terhadap peningkatan kualitas tidur bayi. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*, 13(1), 11–17.