

PELATIHAN *BABY MASSAGE* MANDIRI PADA KELOMPOK POSYANDU PLOSOSARI PURI KABUPATEN MOJOKERTO

Tria Wahyuningrum¹, Lida Khalimatus Sa'diya², Yunika Nurtyas³, Lutfi Wahyuni⁴

^{1,3} Kebidanan (S1) STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

⁴ Keperawatan (S1) STIKes Bina Sehat PPNI Mojokerto, Indonesia

e-mail: ¹triyuss@gmail.com, ²lidarafi22@gmail.com, ³yunikanurtyas@gmail.com,

⁴luf.hidayat@yahoo.com

ABSTRAK Pembinaan tumbuh kembang bayi harus dilakukan secara komprehensif dan berkualitas yang dapat dilakukan melalui kegiatan stimulasi atau rangsangan. Stimulasi rangsangan yang mudah diberikan secara aktif pada bayi dapat melalui stimulasi taktil yaitu dalam bentuk pijatan. Baby massage merupakan terapi tubuh dengan menggunakan pijatan. Bayi yang diterapi dengan massage akan terlihat lebih segar, sehat dan bersemangat. Manfaat lain yang didapatkan massage pada bayi adalah meningkatkan gerakan motorik kasar dan halus bayi, meningkatkan kemampuan pancaindra, menambah nafsu makan, meningkatkan kualitas tidur bayi dan meningkatkan imunitas bayi. *Gross motor skill* atau kemampuan motorik kasar adalah kemampuan untuk membuat gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk sikap tubuh seperti mengangkat kepala, sedangkan *fine motor skill* atau motorik halus kemampuan untuk membuat gerakan lebih halus dan melibatkan keluwesan otot-otot kecil seperti untuk mengambil benda kecil dengan jari-jari. Di dalam pelatihan Baby Massage yang dilakukan di Posyandu Plososari, Puri Mojokerto, akan didemonstrasikan teknik baby massage kepada ibu yang memiliki anak usia 6 – 24 bulan. Diharapkan setelah mendapat pelatihan baby massage, peserta dapat melakukan baby massage secara mandiri di rumah guna meningkatkan bonding attachment.

KATA KUNCI Baby massage; stimulasi.

ABSTRACT Development of growth and development of infants must be done in a comprehensive and quality that can be done through stimulation or stimulation activities. Stimulation of stimuli that are easily given actively to infants can be through tactile stimulation in the form of massages. Baby massage is a body therapy using massage. Babies treated with massage will look fresher, healthier and more vibrant. Other benefits obtained by massage in infants are increasing the gross and fine motor movements of the baby, increasing the sensory abilities, increasing appetite, increasing the quality of baby's sleep and increasing the baby's immunity. Gross motor skill or gross motor ability is the ability to make movements that involve large muscles and form a posture such as lifting the head, while fine motor skills or fine motor skills to make movements smoother and involve the flexibility of small muscles such as to pick up small objects with fingers. In the Baby Massage training conducted at the Posyandu Plososari, Puri Mojokerto, baby massage techniques will be demonstrated to mothers who have children aged 6-24 months. It is expected that after receiving baby massage training, participants can do baby massage independently at home to increase bonding attachments.

KEYWORDS Baby massage; stimulation

1. Pendahuluan

Seribu hari pertama masa kehidupan adalah masa keemasan (*golden periode*). Pada masa ini perkembangan fisik, mental dan otak tumbuh dengan cepat [1]. Pembinaan tumbuh kembang bayi harus dilakukan secara komprehensif dan berkualitas yang dapat dilakukan melalui kegiatan stimulasi atau rangsangan. Melakukan stimulasi dini yang memadai artinya merangsang otak bayi sehingga perkembangan gerak, bicara dan bahasa, sosialisasi dan kemandirian pada bayi berlangsung secara optimal sesuai dengan usia anak [2]. Kurangnya rangsangan yang diberikan pada bayi dapat membuat keterlambatan pada pertumbuhan serta perkembangan. Menurut World Health Organization (WHO) menjelaskan bahwa 5-25% anak-anak usia prasekolah menderita disfungsi otak minor, termasuk gangguan perkembangan motorik halus. Di Indonesia jumlah bayi sebanyak 23,7 juta, 10,4% dari total penduduk Indonesia dan didapatkan 16% dari anak usia dibawah 5 tahun (balita) Indonesia mengalami gangguan perkembangan saraf dan otak mulai ringan sampai berat, gangguan perkembangan motorik kasar dan halus, gangguan pendengaran, kecerdasan kurang dan keterlambatan bicara [3]. Stimulasi yang dapat diberikan dalam bentuk stimulasi visual, verbal dan taktil. Stimulasi rangsangan yang mudah diberikan secara aktif pada bayi dapat melalui stimulasi taktil yaitu dalam bentuk pijatan [4]. Baby massage merupakan suatu terapi berupa sentuhan pijatan yang memberikan suatu stimulus pada hormon di dalam tubuh. Satu substansi yang mengatur fungsi – fungsi seperti nafsu makan, tidur, fungsi panca indera, kontraksi otot, metabolisme dan pertumbuhan serta perkembangan [5].

Salah satu manfaat baby massage adalah peningkatan kemampuan panca indera termasuk penciuman, penglihatan, peraba, pendengaran [6]. Untuk itu, baby spa dapat digunakan untuk menunjang keberhasilan *sensory play*. *Sensory play* merupakan permainan sensori atau tanggapan panca indera anak. Jika anak dapat menjalankan permainan panca indera sesuai dengan usianya, maka anak dikatakan berhasil melaksanakan *sensory play* [7]. Selain keberhasilan *sensory play*, *baby spa* juga bermanfaat untuk meningkatkan perkembangan pada anak yang termasuk didalamnya yaitu *gross motor skill* dan *fine motor skill*. *Gross motor skill* atau kemampuan motorik kasar adalah kemampuan untuk membuat gerakan yang melibatkan otot-otot besar dan membentuk sikap tubuh seperti mengangkat kepala, sedangkan *fine motor skill* atau motorik halus kemampuan untuk membuat gerakan lebih halus dan melibatkan keluwesan otot-otot kecil seperti untuk mengambil benda kecil dengan jari-jari [8]. Tujuan pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kemampuan masyarakat terutama ibu yang mempunyai anak usia 6 bulan-3 tahun dalam memberikan pijat bayi atau *baby massage*. Dipilih daerah Plososari karena di daerah ini terdapat 60% ibu yang memiliki anak usia 6 bulan – 3 tahun bekerja di luar rumah sehingga waktu untuk belajar tentang pijat bayi ini sangat terbatas. Sehingga ibu tidak bias memberikan pijat bayi kepada anaknya.

2. Metode

Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat tentang pelatihan teknik baby massage mandiri pada kelompok Posyandu Plososari Puri Mojokerto

a. Sasaran Pengabdian

Sasaran pada kegiatan pengabdian ini adalah Kelompok Posyandu Plososari, Puri Mojokerto yaitu ibu/orang tua yang memiliki anak usia 6

bulan-3 tahun di Posyandu Plososari, Kecamatan Puri Kabupaten Mojokerto sejumlah 52 orang.

b. Metode Pengabdian Masyarakat

Metode yang digunakan dalam kegiatan pengabdian masyarakat ini antara lain pre test pengetahuan ibu tentang baby massage, pelatihan baby massage dan demonstrasi teknik baby massage serta evaluasi post test pengetahuan ibu tentang baby massage.

c. Pelaksanaan Pengabdian Masyarakat

Mekanisme kerja selama pelaksanaan program ini pertama-tama adalah tim pengusul terjun langsung ke lapangan dan melihat kondisi serta permasalahan yang ada. Kemudian setelah program PKM ini disetujui, tim pengusul diskusi untuk membuat *workplan* (rencana kerja), yang berupa nama kegiatan serta waktu pelaksanaan. Dimana masing-masing kegiatan akan terdapat penanggung jawab, sehingga kegiatan sesuai dengan yang telah ditentukan. Mitra berkontribusi dalam memberikan gambaran permasalahan sehingga tim pengusul dapat dengan jelas menawarkan solusi. Selama pelaksanaan mitra menyediakan tempat saat kegiatan pengabdian masyarakat.

Kegiatan pengabdian masyarakat yang akan dilaksanakan adalah :

a. Pre test pengetahuan tentang baby massage

Pada gambar 1 nampak peserta mengisi instrument untuk menilai pengetahuan tentang *baby massage* sebelum dilakukan pelatihan.

b. Pelaksanaan pelatihan baby massage

Pada gambar 2 dan 3 nampak pelatih sedang memberikan pra materi sebelum diberikan pelatihan tentang *baby massage*. Kemudian pelatih mendemonstrasikan teknik *baby massage* dengan menampilkan video di LCD, serta pelatih memberikan leaflet tentang teknik *baby massage*. Peserta melakukan praktik pemijatan pada anaknya masing-masing dengan menggunakan minyak balur yang diberikan oleh pelatih.

c. Post test pengetahuan tentang baby massage

Pada gambar 4 nampak peserta mengisi instrument untuk mengevaluasi pengetahuan tentang baby massage setelah dilakukan pelatihan

3. Hasil dan Pembahasan

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan pada hari Selasa tanggal 08 Oktober 2019 di Polindes Desa Plososari Puri Kabupaten Mojokerto. Kegiatan ini diikuti oleh 52 responden (ibu/pengasuh) yang memiliki anak/balita mulai usia 3 – 36 bulan. Selain dihadiri oleh tim pengabdian masyarakat, kegiatan ini juga diikuti oleh bidan desa, ibu kader dan petugas kesehatan lainnya yang ada di polindes.

Berdasarkan Tabel 1 didapatkan sebagian besar umur anak/balita adalah 25-36 bulan yaitu sebesar 25 peserta (45,3%) dan berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 peserta (62,1%). Sedangkan usia orangtua anak/balita yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat ini adalah rentang usia 20-30 tahun sebanyak 35 tahun (63,2%). Menurut usia anak 25-36 bulan merupakan usia *golden age* yang sangat penting bagi tumbuh kembang balita [9]. Tumbuh kembang yang baik adalah hasil dari faktor yang mempengaruhi termasuk faktor genetik, lingkungan, perilaku dan stimulasi atau rangsangan. Faktor genetik dari jenis kelamin sangat berpengaruh terhadap tumbuh kembang, jenis kelamin laki-laki lebih cepat dari pada anak dengan jenis kelamin perempuan [10].

Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan Data Umum Responden Pengabmasy pada kelompok Posyandu Plososari Puri Kabupaten Mojokerto

No	Kategori	n	%
1	Umur Anak/Balita		
	3 – 12 bulan	4	4.2
	37-24 bulan	23	36.8
	25-36 bulan	25	45.3
2	Jenis Kelamin Anak/Balita		
	Laki-laki	28	62.1
	Perempuan	24	37.9
3	Usia orang tua		
	20 – 30 tahun	35	63.2
	31 – 40 tahun	17	22.1
	Total responden	52	100

Berdasarkan Tabel 2 didapatkan hasil pre test sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar 21 orang (40,4%). Sedangkan berdasarkan hasil post test sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar 24 orang (46,2%). Anak memiliki nilai yang sangat tinggi untuk keluarga dan bangsa, setiap orang tua mengharapkan anaknya dapat tumbuh dan berkembang secara optimal [11]. Tercapainya pertumbuhan dan perkembangan yang optimal merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik, lingkungan, perilaku, dan rangsangan atau stimulasi yang berguna [12] . Upaya pemantauan tumbuh kembang merupakan upaya pemantauan yang terpenting dalam memeriksa bayi atau balita [11]. Banyak faktor yang menghambat perkembangan tersebut, sehingga bayi tidak dapat mencapai potensi genetik yang seharusnya, diantaranya adalah pemberian nutrisi dan stimulasi (*baby spa* dan *baby massage*). *Massage* adalah terapi sentuh tertua yang dikenal manusia dan yang paling populer serta seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dipraktekkan sejak berabad-abad silam, karena berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia [13]. Sentuhan dan pijat pada bayi dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. Ilmu kesehatan modern telah membuktikan secara ilmiah bahwa terapi sentuhan dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terutama bila dilakukan sendiri oleh orang tua bayi [14]. Hasil pengabdian ini sesuai dengan hasil penelitian Marni (2018). Dimana penelitian tersebut bertujuan untuk mengetahui apakah ada perbedaan keterampilan memijat bayi pada kader posyandu sebelum dan sesudah dilakukan pelatihan pijat bayi. Hasil penelitian dengan uji Wilcoxon diperoleh nilai P: 0,000 yang berarti ada perbedaan yang bermakna dari nilai keterampilan pada saat pretest dan posttest. Simpulannya ada perbedaan keterampilan pada kader posyandu dalam melakukan pijat bayi sebelum dan sesudah pelatihan pijat bayi di Kelurahan Giripurwo, Wonogiri [15].

Tabel 2 Distribusi responden berdasarkan Tingkat Pengetahuan Sebelum Pelatihan Baby Massage pada kelompok Posyandu Plososari Puri Kabupaten Mojokerto

Tingkat Pengetahuan	Pre test		Post test	
	n	%	n	%
Pengetahuan Kurang	15	28.8	8	15.4
Pengetahuan Cukup	16	30.8	20	38.5
Pengetahuan Baik	21	40.4	24	46.2
Total Responden	52	100	52	100



Gambar 1 Pengambilan data pretest



Gambar 2



Gambar 3

Gambar 2 dan 3 Pemberian materi pelatihan baby massage



Gambar 4 Pengambilan data post tes

4. Kesimpulan

Sebagian besar usia anak/balita yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu antara 25 – 36 bulan yaitu sebesar 25 anak (45,3%). Sebagian besar usia orang tua yang mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini yaitu pada rentang usia 20 – 30 tahun yaitu sebesar 35 orang (63,2%). Berdasarkan hasil pre test sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar 21 orang (40,4%). Berdasarkan hasil post test sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik yaitu sebesar 24 orang (46,2%).

Ucapan terima kasih

Disampaikan terima kasih yang sebesar besarnya kepada STIKes Bina Sehat PPNI yang telah memberikan ijin dan kesempatan untuk melaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini. Dan kepada pihak bidan desa yang telah memberikan peluang dan mengajak peran serta masyarakat untuk mengikuti kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini.

Daftar pustaka

- [1] Ari Sulistiyawati, *Deteksi Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Salemba Medika, 2014.
- [2] Kemenkes RI, *Profil Kesehatan Indonesia 2016*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan 2017, 2018.
- [3] Diyah Arini, Ayu Citra Mayasari, and Muh Zul Azhari Rustam, "Gangguan Perkembangan Motorik Dan Kognitif pada Anat Tooder yang Mengalami Stunting di Wilayah Pesisir Surabaya," *Journal of Health Science and Prevention*, vol. III, no. 2, pp. 122-128, September 2019.
- [4] Khaironi Mulianah, "Perkembangan Anak Usia Dini," *Jurnal Golden Age Hamzanwadi University*, vol. III, no. 1, pp. 1-12, Juni 2018.
- [5] Thontowi Djauhari, "Gizi dan 100 HPK," *Saintika Medika : Jurnal Ilmu Kesehatan dan Kedokteran Keluarga*, vol. XIII, no. 2, p. 125, Desember 2017.
- [6] D.S. Prasetyono, *Buku Pintar Pijat Bayi*, 1st ed., Fifah, Ed. Yogyakarta: Safirah, 2013.
- [7] Tara Watts, Karen Stagnitti, and Ted Brown, "Relationship between play and sensory processing: A systematic review," *The American Journal of Occupational Therapy : Official Publication of the American Occupational Therapy Association*, vol. 68, pp. 37-46, Februari 2014.
- [8] Aries Chandra Ananditha, "Faktor - Faktor yang Berhubungan Dengan Perkembangan Motorik Kasar Pada Anak Toddler," *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, vol. II, no. 1, pp. 108 - 118, 2017.
- [9] Mulianah Khaironi, "Pendidikan Moral Pada Anak Usia Dini," *Jurnal Golden Age Universitas Hamzanwadi*, vol. I, no. 1, pp. 1-16, Juni 2017.

- [10] Depkes RI. (2010, Juli) PELAYANAN STIMULASI DETEKSI INTERVENSI DINI TUMBUH KEMBANG ANAK. [Online]. <https://www.kemkes.go.id/article/view/1137/pelayanan-stimulasi-deteksi-intervensi-dini-tumbuh-kembang-anak.html>
- [11] Anik Muryanani, *Ilmu Kesehatan Anak Dalam Kebidanan*. Jakarta: CV. Trans Info Media, 2010.
- [12] Antri Ariani and Lulu Winuhung, "Gambaran Sikap dan Dukungan Keluarga pada Ibu Hamil dalam Mengambil Keputusan Penolong Persalinan di Desa Jatisari Kecamatan Kutawaringin Kabupaten Bandung Tahun 2019," *Jurnal Asuhan Ibu & Anak (JAIA)*, vol. IV, no. 3, pp. 27-33, Agustus 2019.
- [13] Miftah Andini, Riri Noveyelinda, and Gamyatri Utami, "Pengaruh Pijat Bayi Terhadap Perkembangan Neonatus," *Jurnal Online Mahasiswa*, vol. I, no. 2, pp. 1-9, Oktober 2014.
- [14] Vita Triani Adi Puteri, Syarif Taufik H, and Melyana Nurul W, "Pengaruh Teknik Baby SPA Terhadap Perkembangan Motorik dan Kenaikan berat Badan Bayi di Wilayah Kerja Puskesmas Kedungmundu Semarang," *Masters thesis, School of Postgraduate*, Februari 2019.
- [15] Marni, "Keterampilan Pijat Bayi Pada Kader Posyandu," *PROFESI (Profesional Islam)*, vol. 16, no. 1, pp. 12-19, 2018.