



**PKM PELATIHAN PIJAT BAYI BAGI IBU DI WILAYAH KERJA PUSEKSMAS TANJUNG  
MARULAK KOTA TEBING TINGGI**

*PKM TRAINING FOR BABY MASSAGE FOR WOMEN IN THE WORKING AREA OF PUSEKSMAS  
TANJUNG MARULAK, TEBING TINGGI CITY*

**Jitasari Tarigan<sup>1\*</sup>, Dewi Sartika<sup>2</sup>, Fina Kusuma Wardani<sup>3</sup>, Afrahul Padilah<sup>4</sup>**

<sup>1,2,3,4</sup> Dosen D4 Kebidanan Institut Kesehatan Helvetia

<sup>1\*</sup>[jitasari@helvetia.ac.id](mailto:jitasari@helvetia.ac.id)

**Abstrak**

Pijat bayi disebut juga sebagai *stimulus touch* atau terapi sentuh. Dikatakan terapi sentuh karena melalui pemijatan bayi terjadi komunikasi yang nyaman dan aman antara ibu dan bayinya. Pemberian stimulasi dini bertujuan untuk membantu dan memberikan kesempatan pada anak agar dapat mencapai potensi intelektualnya dan kemampuan sensorik pada bayi. Pemberian stimulasi/rangsangan diantaranya menggunakan terapi sentuh pijat bayi, karena pada pijat bayi terdapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara, pandangan mata, gerakan dan pijatan. Masalah dalam pelaksanaan pijat bayi pada saat ini adalah masih adanya anggapan orang tua yang menganggap bahwa pijat bayi bukanlah bentuk terapi sekaligus alamiah bagi bayi yang bisa memberikan banyak manfaat. Sebagian lagi menganggap bahwa pijat bayi hanya dilakukan saat bayi mengalami sakit, seperti flu. Di Indonesia pelaksanaan pijat bayi di masyarakat desa masih dipegang perannya oleh dukun bayi. Komplikasi-komplikasi pijat bayi oleh dukun bayi yang pernah dilaporkan adalah perdarahan intrakranial dan ileus obstruktif. Langkah awal yang dilakukan ibu untuk memperkecil risiko ataupun komplikasi pijat bayi dengan memilih praktisi pijat untuk bayinya. Apabila ibu belum mengerti tentang cara memijat bayi yang benar sebaiknya ibu mencari informasi dari tenaga kesehatan yang terlatih. Kemudian ibu dapat melaksanakan pijat bayi secara mandiri di rumah.

**Kata Kunci:** *Pelatihan, Pijat Bayi, Ibu*

**Abstract**

*Baby massage is also known as touch stimulus or touch therapy. It is said touch therapy because through baby massage occurs comfortable and safe communication between mother and baby. Provision of early stimulation aims to help and provide opportunities for children to reach their intellectual potential and sensory abilities in infants. Provision of stimulation / stimulation including using baby massage touch therapy, because in infant massage there are elements of touch in the form of affection, attention, sound, eye sight, movement and massage. The problem in the implementation of baby massage at this time is that parents still assume that baby massage is not a form of therapy as well as natural for babies who can provide many benefits. Some others think that baby massage is only done when the baby experiences pain, such. In Indonesia the implementation of baby massage in the village community is still held by the role of the shaman. Complications of infant massage by massage practitioner that have been reported are intracranial hemorrhage and obstructive ileus. The first step taken by the mother to reduce the risk or complications of baby massage by choosing a massage practitioner for her baby. If the mother does not understand how to massage the baby properly mothers should seek information from trained health workers. Then the mother can carry out baby massage independently at home.*

**Keywords:** *Baby Massage Training, Mother*

**PENDAHULUAN**

Pijat bayi adalah terapi sentuh tertua dan terpopuler dikenal manusia. Pijat bayi telah lama dilakukan hampir di seluruh dunia termasuk di Indonesia dan diwariskan secara turun temurun. Pijat bayi disebut juga sebagai *stimulus touch* atau terapi sentuh. Dikatakan terapi sentuh karena melalui pemijatan bayi inilah terjadi komunikasi yang nyaman dan aman antara ibu dan bayinya (1).

Pemberian stimulasi dini bertujuan untuk membantu dan memberikan kesempatan pada anak agar dapat mencapai potensi intelektualnya dan kemampuan sensorik pada bayi. Pemberian stimulasi/rangsangan diantaranya menggunakan terapi sentuh pijat bayi, karena pada pijat bayi terdapat unsur sentuhan berupa kasih sayang, perhatian, suara, pandangan mata, gerakan dan pijatan (2).

Dewasa ini, para ahli telah dapat membuktikan secara ilmiah tentang apa yang telah lama dikenal manusia, yaitu terapi sentuh dan pijat pada bayi mempunyai banyak manfaat terhadap perubahan fisiologis bayi apalagi dilakukan sendiri oleh ibu bayi. Ibu adalah orang tua paling dekat dengan bayi, di mana pijatan ibu kepada bayinya adalah sapuan lembut pengikat jalinan kasih sayang. Kulit ibu adalah kulit yang paling awal dikenali oleh bayi. Sentuhan dan pijatan yang diberikan ibu adalah bentuk komunikasi yang dapat membangun kedekatan ibu dan bayi dengan menggabungkan kontak mata, senyuman, dan ekspresi wajah. Jika stimulasi sering diberikan, maka hubungan kasih sayang ibu dan bayi secara timbal balik akan semakin kuat (3).

Di Indonesia pelaksanaan pijat bayi di masyarakat desa masih dipegang perannya oleh dukun bayi. Komplikasi-komplikasi pijat bayi oleh dukun bayi yang pernah dilaporkan adalah perdarahan intrakranial dan ileus obstruktif. Langkah awal yang dilakukan oleh para ibu untuk memperkecil risiko ataupun komplikasi pijat bayi, hendaklah orang tua jeli dalam memilih praktisi pijat untuk bayinya. Apabila ibu belum mengerti tentang cara memijat bayi yang benar sebaiknya ibu mencari informasi melalui media, dan membahas tentang pijat bayi yang benar kepada tenaga kesehatan yang terlatih. Kemudian ibu dapat melaksanakan pijat bayi secara mandiri di rumah (4).

Fakta dan kenyataan di masyarakat Wilayah Kerja Puskesmas Marulak saat ini, walaupun pijat bayi mempunyai manfaat yang besar bagi bayi dan ibu bila dilakukan secara mandiri, namun saat ini ibu belum mau memijat bayinya sendiri dengan alasan takut jika salah dan kurang puas jika dipijat sendiri oleh ibu, dan lebih suka memijat bayinya ke dukun bayi. Penyebab dalam hal ini adalah kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pentingnya pelaksanaan pijat bayi secara mandiri sehingga menimbulkan sikap dan perilaku ibu yang negatif terhadap stimulus pemijatan bayi secara mandiri. Perilaku ibu adalah tingkah laku perbuatan ibu yang berdasarkan pengetahuan dan sikap yang didapatkan oleh ibu, pengaruh dari pengetahuan dan sikap yang kurang baik akan diwujudkan dengan perilaku ibu tidak memijat bayinya sendiri dan lebih mempercayakannya kepada dukun untuk memijat bayi.

Pelatihan merupakan suatu proses belajar mengajar terhadap pengetahuan dan keterampilan tertentu serta sikap agar peserta semakin terampil dan mampu melaksanakan tanggung jawabnya dengan semakin baik, sesuai dengan standar. Pelatihan sebagai upaya meningkatkan pengetahuan, mengubah perilaku dan mengembangkan keterampilan. Menurut Notoatmodjo dalam Sukiarno, pelatihan memiliki tujuan penting untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan sebagai kriteria keberhasilan program kesehatan secara keseluruhan (5).

Perlu peran serta Perguruan Tinggi untuk mengadakan pelatihan dan pendampingan bagi ibu di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Marulak Kota Tebing Tinggi. Pelatihan yang diberikan membuat ibu mengetahui dan terampil sehingga ibu dapat melakukan pijat bayi secara mandiri pada bayinya dengan dukungan fasilitas dana pengabdian masyarakat dari Institut Kesehatan Helvetia.

Tujuan dilakukan PKM ini yaitu:

Ibu dapat mengetahui, manfaat, waktu dan cara melakukan pijat pada bayi sehingga ibu dapat melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah.

## **BAHAN DAN METODE**

Bahan yang digunakan dalam PKM ini adalah: *Baby oil*, Phantom Bayi, Perlak dan pengalas. Metode yang digunakan yaitu antartara lain Memberikan informasi (dengan ceramah) tentang pengertian, manfaat, waktu pelaksanaan pijat bayi setelah itu melakukan pemutaran video pemijatan bayi, berikutnya mendemonstrasikan bagaimana cara melakukan gerakan satu persatu pemijatan bayi pada phantom bayi, membuat beberapa kelompok dan yang menjadi mentor untuk mengajari ibu gerakan pemijatan bayi terdiri dari 2 mahasiswa dan 3 dosen. Semua ibu mencoba melakukan pemijatan bayi pada phantom kemudian ibu mengaplikasikan pemijatan pada bayinya sendiri

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada hari Sabtu tanggal 14 April 2018 dilaksanakan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Wilayah Kerja Puskesmas Tanjung Marulak. Jumlah Peserta yang mengikuti kegiatan pengabdian masyarakat sebanyak 48 ibu yang mempunyai bayi. Hasil kegiatan pengabdian masyarakat yang telah dilaksanakan adalah peserta sangat antusias dalam menyimak penjelasan dari pelaksana kegiatan,

selain itu juga kegiatan pengabdian masyarakat dibantu oleh 2 mahasiswa dan 3 dosen sehingga kegiatan ini sangat berdampak positif kepada peserta dan pelaksana kegiatan. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat berjalan dengan lancar dan memberi manfaat yang besar bagi ibu yang mempunyai bayi. Utamanya untuk memberikan pengetahuan tentang bagaimana cara memijat bayi yang benar untuk mendapatkan banyak manfaat baik bagi ibu maupun bayinya. Akhir pada kegiatan ini adalah penutup, sebelum acara pengabdian masyarakat ditutup, pelaksana kegiatan ibu melakukan pijat kepada bayinya sendiri secara langsung.

**Tabel 1. Perbandingan Pengetahuan Ibu Tentang Pijat Bayi**

Pengetahuan		<i>p value</i>
<i>Pre-Test</i>	<i>Post-Test</i>	
Mean ± SD	Mean ± SD	
10,81 ± 3,253	15,54 ± 3,135	0,000

Dari tabel di atas terlihat bahwa rata-rata pengetahuan responden sebelum dilakukan pelatihan 10,81 dengan standar deviasi 3,253 dan setelah dilakukan pelatihan pijat bayi dengan metode demonstrasi didapat rata-rata pengetahuan responden 15,54 dengan standar deviasi 3,135, sehingga didapat terjadi peningkatan pengetahuan responden sebesar 4,73, dengan nilai  $p = 0,000$

**Tabel 2. Perbandingan Keterampilan Ibu Tentang Pijat Bayi**

Keterampilan		<i>p value</i>
<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	
Mean ± SD	Mean ± SD	
67,08 ± 9,921	85,10 ± 10,045	0,000

Dari tabel di atas terlihat bahwa rata-rata keterampilan responden sebelum dilakukan pelatihan 67,08 dengan standar deviasi 9,921 dan setelah dilakukan pelatihan pijat bayi dengan metode demonstrasi didapat rata-rata keterampilan responden 85,10 dengan standar deviasi 10,045, sehingga didapat terjadi peningkatan pengetahuan responden sebesar 18,02, dengan nilai  $p = 0,000$ .



**Gambar 1. Ibu Sedang Mendengarkan Penyuluhan**



**Gambar 2. Demonstrasi Pijat Bayi**

### KESIMPULAN DAN SARAN

Kegiatan pengabdian masyarakat ini menunjukkan keberhasilan dan kemanfaatan, hal ini dibuktikan bahwa peserta sudah dapat memahami pentingnya pijat bayi dan bagaimana cara melakukan pijat bayi sehingga ibu dapat melakukannya secara mandiri di rumah. Semua peserta sangat antusias dalam mengikuti kegiatan ini terutama pada saat penyuluhan dan praktik pijat bayi.

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti ucapkan terima kasih kepada, Yayasan Helvetia yang telah memberikan dana PKM, Kepala Puskesmas Tanjung Marulak yang telah memberi kesempatan melakukan PKM, Ibu yang telah bersedia hadir dan melakukan pijat bayi dan seluruh tim yang melakukan PKM

**DAFTAR PUSTAKA**

1. Riksani R. Cara Mudah dan Aman Pijat Bayi. Jakarta: Dunia Sehat. 2012;
2. Dewi S. Pijat dan Asupan Gizi Tepat. Jogjakarta Baru Pres. 2013;
3. Subakti Y, Anggraini DR. Keajaiban Pijat Bayi & Balita. Jakarta: Wahyu Media; 2008.
4. Aminati D. Pijat dan Senam untuk Bayi dan Balita. Yogyakarta: Solusi Distribusi; 2013.
5. Budyartati S. Problematika Pembelajaran di Sekolah Dasar. Magetan: CV. AE Media Grafika. Damsar; 2018.
6. Notoatmodjo S. Pengetahuan Sikap dan Perilaku Manusia. 4th ed. Jakarta: Rineka Cipta; 2010.
7. Mitrani A. Manajemen Sumber Daya Manusia Berbasis Kompetensi (Terjemahan). Jakarta: PT. Intermedia; 1995.
8. Arep I, Tanjung H, Darwin S, Putra RMS. Manajemen Motivasi. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia (Grasindo); 2003.
9. Widodo A. Perbandingan Pengaruh Pelatihan dengan Metode Ceramah dan Diskusi terhadap Pengetahuan, Sikap dan Keterampilan Kader UKGMD dalam Meningkatkan Cakupan Kegiatan; Kajian pada Kader UKGMD di Wilayah Puskesmas Pulung, Kabupaten Daerah Tingkat II Ponorogo [Tesis]. Universitas Gadjah Mada; 1998.