

**PENYULUHAN STIMULASI TUMBUH KEMBANG ANAK DENGAN  
PIJAT BAYI PADA IBU POST PARTUM DI RUMAH SAKIT UMUM  
DAERAH BALARAJA**

**EDUCATION ON STIMULATION OF CHILD GROWTH AND  
DEVELOPMENT WITH BABY MASSAGE FOR POSTPARTUM  
MOTHERS AT BALARAJA GENERAL HOSPITAL**

Putri Handayani\*, Desy Darmayanti, Junaida Rahmi, Yollin Noviana, Muayah, R  
Tri Rahayuning Lestari, Nur Hasanah, Syalaisa, Nita Aprilia

STIKes Widya Dharma Husada Tangerang, Jl. Pajajaran Raya No. 1 Pamulang, Tangerang Selatan, 15417, Indonesia

**ABSTRACT**

*Background: Infant massage is a physical stimulation therapy in which during the process there is touch between the massager and the baby's body which can provide a sense of safety and comfort to the baby. The baby will receive touch as a form of communication, and will fulfill the baby's basic need to feel safe, comfortable and is an intrinsic factor of child growth and development. Objective: This education was conducted to disseminate knowledge about infant massage so that parents are interested in learning and implementing infant massage. Methods: The education was carried out by distributing leaflets before the presentation of the material, and using lecture, question and answer, and massage practice methods. The education was attended by 9 postpartum mothers who were undergoing hospitalization in Dewi Neng Room, along with their babies. Before participating in the activity, mothers and babies have been confirmed to be in good health and are not in a condition that requires special treatment. Results: The education participants showed high enthusiasm after the education was conducted, this was indicated by the many questions given during the question and answer session.*

**Keywords :** *Massage, Baby, Education*

**ABSTRAK**

Latar Belakang: Pijat bayi merupakan terapi rangsangan fisik di mana selama prosesnya terjadi sentuhan antara pemijat dengan bayi. dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Bayi akan menerima sentuhan sebagai bentuk komunikasi, dan akan memenuhi kebutuhan dasar bayi untuk merasa aman, nyaman dan merupakan faktor intrinsik dalam perkembangan anak. Tujuan: Penyuluhan ini dilaksanakan untuk menyebarluaskan pengetahuan mengenai pijat bayi sehingga para orang tua tertarik untuk mempelajari dan mengimplementasikan pijat bayi. Metode: Penyuluhan dilaksanakan dengan membagikan *leaflet* sebelum pemaparan materi dan menggunakan metode ceramah, tanya jawab, dan praktik pijat. Penyuluhan diikuti oleh 9 ibu *post partum* yang sedang menjalani rawat inap di Ruang Dewi Neng, beserta bayinya. Sebelum mengikuti kegiatan, ibu dan bayi telah dipastikan dalam keadaan sehat dan tidak sedang dalam kondisi yang memerlukan penanganan khusus. Hasil: Peserta penyuluhan menunjukkan antusiasme yang tinggi setelah penyuluhan dilakukan, hal ini ditandai dengan banyaknya pertanyaan yang diberikan saat sesi tanya jawab berlangsung.

**Kata Kunci :** Pijat, Bayi, Penyuluhan

## PENDAHULUAN

Bayi merupakan individu yang masih lemah dan memerlukan proses adaptasi dari lingkungan dalam rahim ke lingkungan luar rahim. Kemampuan proses adaptasi tiap bayi berbeda-beda, dan proses adaptasi yang buruk akan membuat bayi mengalami penurunan berat badan, keterlambatan pengembangan, perilaku yang tidak teratur, bahkan meninggal dunia. Apabila kebutuhan biofisik seperti ini tidak terpenuhi, kecerdasan interpersonal dan antarpersonal juga rendah (Parwati, 2019). Keberhasilan proses adaptasi bayi tentu akan mempengaruhi tumbuh kembang anak ke depannya. Untungnya, proses adaptasi dapat dibantu, salah satunya dengan memberikan stimulasi berupa rangsangan fisik yang bervariasi. Stimulasi adalah hal penting di dalam tumbuh kembang anak (JD Barros *et al*, 2010 dalam Indrayani, 2023). Sentuhan akan terjadi selama memberikan rangsangan fisik, dan bayi akan menerima sentuhan sebagai bentuk komunikasi antara pemijat dengan bayi. Sentuhan ini juga akan memenuhi kebutuhan dasar bayi untuk merasa aman, nyaman dan perasaan disayangi,

dan merupakan faktor intrinsik dalam perkembangan anak. Salah satu rangsangan fisik yang cukup populer dilakukan pada bayi ialah pijat bayi.

Pijat bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Di Indonesia, pijat menjadi perawatan yang dilakukan secara turun temurun dan cukup familiar di masyarakat (Muawanah, 2020). 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. Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi. Terutama apabila dilakukan oleh orang tua sendiri. Pijat yang dilakukan dengan orang tua bayi akan memberikan ikatan spesial antara orang tua dengan bayinya, membantu untuk mengetahui bahasa isyarat (non verbal) bayi, dan dapat meningkatkan kemampuan orang tua dalam membantu bayi untuk relaksasi (Setiawandari, 2019).

Banyaknya manfaat yang bisa didapat dari pijat bayi yang dilakukan oleh orang tua sayangnya belum diketahui secara luas oleh masyarakat. Hal ini ditandai dengan masih banyaknya orang tua yang mempercayakan bayi mereka pada dukun bayi. Inilah yang menjadi alasan pelaksanaan penyuluhan mengenai pijat bayi. Dengan begini, diharapkan orang tua bayi menjadi tertarik untuk mempelajari teknik pijat dan nantinya mampu melakukan pijat secara mandiri kepada bayinya.

#### **METODE PELAKSANAAN**

Pengabdian masyarakat “Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi” merupakan kegiatan penyuluhan mengenai pengetahuan umum seputar tumbuh kembang anak dan pijat bayi yang dilaksanakan di Ruang Dewi Neng Rumah Sakit Umum Daerah Balaraja pada Rabu, 20 Desember 2023. Kegiatan yang dibawakan oleh mahasiswi D3 Kebidanan tingkat III dengan pengawasan pembimbing lahan dan pembimbing akademik sepanjang pelaksanaannya ini dilaksanakan menggunakan metode ceramah, praktik,

dan tanya jawab, dengan media berupa *leaflet* yang dibagikan sebelum kegiatan berlangsung. Sasaran penyuluhan ialah ibu *post partum* yang sedang menjalani rawat inap di Ruang Dewi Neng. Adapun materi yang dibawakan adalah pemaparan umum mengenai pertumbuhan dan perkembangan anak, pengertian pijat bayi, manfaat dan waktu yang tepat untuk melakukan pijat, praktik pijat bayi, sesi tanya jawab dan diakhiri dengan sesi pembagian *doorprize* serta foto bersama.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pengabdian masyarakat “Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi” yang dilaksanakan pada Rabu, 20 Desember 2023 ini diikuti oleh 9 ibu *post partum* yang sedang menjalani rawat inap di Ruang Dewi Neng, beserta bayinya. Sebelum mengikuti kegiatan, ibu dan bayi telah dipastikan dalam keadaan sehat dan tidak sedang dalam kondisi yang memerlukan penanganan khusus. Kegiatan diawali dengan pengisian daftar hadir oleh peserta, pembagian makanan ringan, dan pembagian *leaflet* berisi langkah-langkah pijat bayi dan

rangkuman materi yang akan dibawakan selama penyuluhan ini.



**Gambar 1. Pembukaan Penyuluhan**

Setelahnya, penyuluhan dibuka dengan sambutan dari pembawa acara dan dilanjutkan dengan materi yang berlangsung selama kurang lebih 30 menit. Penyampaian materi dilakukan secara lisan dan juga praktik agar peserta lebih mudah dalam mengingat dan memahami langkah-langkah yang dilakukan.



**Gambar 2. Sesi Praktik Pijat**

Pada saat sesi praktik, pijat bayi dilakukan pada salah satu bayi dari peserta yang mengajukan diri, dan praktik dilaksanakan dengan pengawasan dari pembimbing lahan dan pembimbing akademik.

Para peserta penyuluhan antusias dalam kegiatan ini. Hal ini dibuktikan dengan banyaknya pertanyaan yang diajukan selama sesi tanya jawab berlangsung. Setelah seluruh pertanyaan sudah dijawab oleh pemateri, dilakukan pembagian *doorprize* sebagai tanda terima kasih atas antusiasme yang diberikan. Peserta dan seluruh panitia kemudian mengakhiri kegiatan dengan melakukan foto bersama.



**Gambar 3. Sesi Foto Bersama**

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Pengabdian masyarakat “Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi” diikuti oleh 9 orang ibu *post partum* beserta bayinya yang sudah dipastikan dalam keadaan sehat. Penyuluhan mengenai pijat bayi ini menggunakan media *leaflet* dan dilakukan dengan metode ceramah, praktik, dan tanya jawab selama kurang lebih 30 menit. Kegiatan “Stimulasi

Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi” diterima dengan baik oleh peserta, hal ini ditandai dengan tingginya antusiasme peserta dalam sesi tanya jawab.

### **Saran**

Pengabdian masyarakat “Stimulasi Tumbuh Kembang Anak dengan Pijat Bayi” harapannya dilaksanakan secara berkelanjutan di Rumah Sakit Umum Daerah Balaraja agar informasi mengenai pijat bayi dapat tersebar dan diketahui secara luas oleh masyarakat.

### **UCAPAN TERIMA KASIH**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini tentunya terlaksana dengan baik atas bantuan dari berbagai pihak. Oleh sebab itu, sudah sepantasnya kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada pihak Rumah Sakit Umum Daerah Balaraja yang telah memfasilitasi pelaksanaan kegiatan ini, dan juga kepada institusi pendidikan STIKes Widya Dharma Husada serta pembimbing akademik yang telah mengarahkan dan membimbing kami dalam menyusun dan melaksanakan pengabdian masyarakat.

### **DAFTAR PUSTAKA**

- Indrayani, T., Zahra, E.D., & Widowati, R. (2023) *Analisis Pijat Bayi dan Penambahan Berat Badan Bayi di Klinik A Pasar Rebo*. Jurnal Kebidanan Indonesia, 14(1), 118-123. (Diakses: Sabtu, 23 Maret 2024).
- Muawanah, S. (2020) *Hubungan Pijat Bayi dengan Perbaikan Status Gizi pada Baduta Terkait 1.000 HPK di Wilayah Kerja Puskesmas Pati II*. Jurnal Kebidanan Harapan Ibu Pekalongan, 7(1), 51-53. (Diakses: Sabtu, 23 Maret 2024).
- Parwati, N.W.M., Wulandari, I.A., & Haryati, N.P.S. (2019) *Penyuluhan dan Pelatihan Tentang Pijat Bayi Pada Kader Posyandu Balita di Desa Sibang Gede Badung*. Jurnal Abdimas ITEKES Bali, 1(2), 70-75. (Diakses: Sabtu, 23 Maret 2024).
- Setiawandari. (2019) *Modul Stimulasi Pijat Bayi & Balita*. Surabaya: Adi Buana University Press.