

PENCEGAHAN STUNTING PADA BAYI USIA 6 - 24 BULAN DENGAN PENDEKATAN HUMANIS MELALUI TEKNIK BABY MASSAGE

Margaretha Gani¹, Citra Puspita Putri², Rabia Zakaria³, Nurhidayah⁴,
Yusni Podungge⁵, Juli Gladis Claudia⁶

^{1,2,3,4,5,6}Jurusan Kebidanan, Politeknik Kesehatan Gorontalo, Indonesia

ganimargaretha@gmail.com¹, citrapuspita13042003@gmail.com², rabiasubarkah@gmail.com³,
dhayatasa@gmail.com⁴, yusnipodungge31@gmail.com⁵, juligliadisclaudia@yahoo.com⁶

ABSTRAK

Abstrak: *Baby Massage* adalah terapi sentuh tertua dan terpopuler di dunia dan merupakan bentuk intervensi dini yang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Di Indonesia, pijatan bayi di masyarakat dilakukan oleh dukun bayi, dimana hal tersebut hanya dilakukan pada saat bayi sakit. Pijat bayi optimal sebagai perangsang tumbuh kembang jika dilakukan secara teratur, saat sehat dan tidak sakit. Tujuan dari pengabmas ini adalah untuk menginformasikan dan mengedukasi masyarakat terutama ibu bayi tentang pijat bayi untuk bayi di atas 3 bulan sehingga mereka dapat melakukan sendiri pijat bayi untuk anaknya serta mencegah kejadian *stunting* pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) untuk anak usia 6-24 bulan dengan pendekatan humanistik menggunakan teknik pijat bayi. Tahapan kegiatan terdiri dari (1) pembukaan kegiatan; (2) pemeriksaan antropometri; (3) Pemutaran video *baby massage*; (4) Pelaksanaan *baby massage*; dan (5) Penutupan dan Evaluasi. Hasil yang dicapai yaitu 21 bayi dengan usia 6-24 bulan telah diberikan teknik *baby massage* yang dilihat langsung oleh orang tua bayi.

Kata Kunci: Pijat Bayi; Stunting; Teknik.

Abstract: *Baby Massage* is the oldest and most popular touch therapy in the world and is a very important form of early intervention to support children's growth and development. In Indonesia, baby massage in the community is performed by traditional birth attendants, where this is only done when the baby is sick. Baby massage is optimal as a growth and development stimulant if it is done regularly, when healthy and not sick. The purpose of this community service is to educate the community, especially baby mothers, about baby massage for babies over 3 months so that they can do baby massage for their children themselves and prevent stunting in the first 1000 days of life (HPK) for children aged 6-24 months with a humanistic approach using baby massage techniques. The stages of the activity consist of (1) the opening of the activity; (2) anthropometric examination; (3) the screening of the baby massage video; (4) the implementation of the baby massage; dan (5) Closing and Evaluation. The results achieved were 21 babies aged 6-24 months who were given baby massage techniques which were directly watched by the baby's parents.

Keywords: *Baby Massage; Stunting; Technique.*



Article History:

Received: 16-01-2023
Revised : 07-03-2023
Accepted: 10-03-2023
Online : 08-04-2023



This is an open access article under the
CC-BY-SA license

A. LATAR BELAKANG

Indonesia merupakan negara berkembang dimana masalah balita salah satunya kekurangan gizi kronis yang masih tinggi sehingga dapat menyebabkan pertumbuhan terhambat. Oleh karena itu, salah satu bentuk upaya lembaga pendidikan untuk melakukan kegiatan yang bermanfaat di masyarakat, antara lain pijat bayi sebagai bentuk pencegahan stunting pada anak usia 6 sampai 24 bulan (Aini et al., 2020).

Pijat bayi adalah terapi sentuh tertua dan terpopuler di dunia dan merupakan bentuk intervensi dini yang sangat penting untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak (Fauzia et al., 2018). Di Indonesia, pemijatan bayi di masyarakat dilakukan oleh dukun bayi, dimana hal tersebut hanya dilakukan pada saat bayi sakit. Pijat bayi optimal sebagai perangsang tumbuh kembang jika dilakukan secara rutin dalam keadaan sehat dan tidak dalam keadaan sakit. Tujuan dari pengabmas ini untuk memberikan pemahaman dan pelatihan kepada masyarakat khususnya ibu-ibu yang memiliki bayi 6-24 bulan dalam teknik memijat bayi sehingga dapat melakukan pijat bayi sendiri dirumah (Saputri, 2019).

Meskipun pijat bayi memiliki banyak manfaat yang besar bagi bayi dan orang tua, banyak orang tua yang tidak mau memijat bayinya sendiri karena takut melakukan kesalahan dan membahayakan bayinya. Penyebab ibu tidak mau memijat bayinya secara mandiri adalah karena kurangnya kesadaran ibu akan pentingnya memijat bayi secara mandiri sehingga menimbulkan sikap dan perilaku ibu yang negatif terhadap stimulasi pijat bayi secara mandiri (Ariyanti et al., 2019). Pijat menimbulkan rangsangan pada saraf yang akan mempengaruhi sistim pencernaan sehingga penyerapan nutrisi akan menjadi lebih baik. Proses pencernaan yang lancar menyebabkan lambung menjadi cepat kosong dan bayi menjadi lebih sering menyusui (Nurdiati & Wibowo, 2018).

Pendidikan kesehatan adalah setiap upaya terencana untuk mempengaruhi orang lain, baik individu, kelompok atau komunitas, untuk melakukan apa yang diharapkan dari penyedia pendidikan kesehatan. Penyuluhan kesehatan tentang manfaat dan teknik pijat bayi dapat diberikan untuk menambah pengetahuan orang tua sehingga orang tua dapat melakukan pijat bayi secara mandiri (Ariyanti et al., 2019).

Bayi yang kurang berkembang bisa meningkatkan risiko penurunan kemampuan intelektual, penurunan kemampuan motorik, produktivitas dan meningkatkan risiko penyakit degeneratif di kemudian hari karena anak balita cenderung kegemukan, karena orang kecil juga memiliki berat badan ideal yang rendah (Carolin et al., 2020).

Kenaikan berat badan beberapa kilogram saja dapat menyebabkan indeks massa tubuh (BMI) seseorang naik di atas batas normal. Status gizi dan kesehatan ibu dan anak sebagai penentu kualitas sumber daya manusia, hal ini semakin jelas dengan bukti bahwa status gizi dan kesehatan ibu sebelum hamil, hamil dan menyusui (Aini et al., 2020).

Berbagai upaya telah dilakukan untuk mengatasi keterlambatan pertumbuhan, salah satunya dengan merangsang pertumbuhan dan perkembangan dengan cara memijat bayi. Tenaga kesehatan merupakan garda terdepan dalam merawat tumbuh kembang anak di bawah usia 5 tahun. Oleh karena itu, tenaga kesehatan memegang peranan penting dalam mendorong pertumbuhan dan perkembangan anak (Putu et al., 2022).

Terbatasnya jumlah tenaga kesehatan memerlukan keterlibatan kader Posyandu. Kader posyandu memberikan pelatihan dan mengajarkan kepada orang tua yang memiliki anak balita cara merangsang tumbuh kembang melalui pijat bayi. Sehingga kader Posyandu perlu mendapatkan pelatihan pijat bayi agar pengetahuan dan keterampilannya dalam pijat bayi dapat diperluas dan diwariskan kepada orang tua yang memiliki anak yang masih kecil. Para orang tua ini diharapkan untuk rutin mempraktekkan pijat bayi pada bayi/anak untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangannya (Susila, 2017).

Ada hal yang dapat dilakukan bidan untuk membantu mengatasi gangguan tidur dan stres pada bayi ASI, salah satunya adalah pemijatan (massage). Pijat disebut sentuhan stimulasi, yaitu sentuhan yang menyenangkan untuk komunikasi antara ibu dan anak. Pemijatan yang dilakukan dengan baik dan benar dapat menambah berat badan, merangsang pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh, meningkatkan konsentrasi dan membantu anak tidur lebih nyenyak (Wahyudhita et al., 2022).

Berdasarkan hasil analisis tempat Kelurahan Pilolodaa, Lekobalo, dan Dembe 1 adalah *locus stunting* dan hasil pengumpulan data melalui pemeriksaan tinggi badan dan berat badan ditemukan ada 13 anak dengan kategori *stunting*. Kejadian stunting dapat dicegah dalam 1000 Hari Kehidupan sejak dalam kehamilan dan usia 24 bulan salah satu upaya yang dilaksanakan adalah memberikan pelayanan secara humanis dengan memberikan pijatan-pijatan sejak pada masa bayi diiringi dengan rangsangan-rangsangan pada motorik kasar, motorik halus, perkembangan bahasa sampai pada kemampuan kemandirian (Kusnanto, 2017).

Teknik *Baby Massage* memiliki tujuan mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi dengan memberikan stimulasi raba dan kombinasi stimulasi lainnya. Sehingga solusi yang ditawarkan dalam permasalahan kejadian stunting diangkat dalam judul pengabdian kepada masyarakat "Pencegahan Stunting Pada Bayi Usia 6-24 Bulan Dengan Pendekatan Humanis Melalui Teknik *Baby Massage* Di Wilayah Kecamatan Kota Barat Kota Gorontalo" (Rahayu, n.d. 2018).

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan sebagai bentuk upaya pencegahan kejadian stunting melalui 1000 HPK pada tahap usia 6-24 bulan sehingga dapat memberikan stimulasi raba dan kombinasi stimulasi lainnya yang bisa mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan

khususnya perkembangan motorik kasar, motorik halus, perkembangan bahasa sampai pada kemampuan kemandirian (Purwanti, 2021).

Berdasarkan hasil analisis tempat Kelurahan Pilolodaa, Lekobalo, dan Dembe 1 adalah *locus stunting*. Tujuan dari pengabmas ini adalah untuk menginformasikan dan mengedukasi masyarakat terutama ibu bayi tentang pijat bayi untuk bayi di atas 3 bulan sehingga mereka dapat melakukan sendiri pijat bayi untuk anaknya serta mencegah kejadian *stunting* pada 1000 Hari Pertama Kehidupan (HPK) untuk anak usia 6-24 bulan dengan pendekatan humanistik menggunakan teknik pijat bayi.

B. METODE PELAKSANAAN

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Kecamatan Kota Barat Kota Gorontalo khususnya pada 21 ibu yang mempunyai bayi yang berusia 6-24 bulan. Pelaksanaan kegiatan ini dilaksanakan dengan tahapan:

1. Mengidentifikasi masalah yang ada di Kecamatan Kota Barat.
2. Berkoordinasi dengan pihak Pemerintah dan Kelurahan Kota Barat dan Puskesmas Pilolodaa serta kader kesehatan Lekobalo, Pilolodaa dan Dembe I.
3. Persiapan kegiatan pengabmas yaitu: (a) Baliho; (b) Daftar hadir peserta; dan (c) Bahan stimulasi *baby massage*.
4. Tahap pelaksanaan pengabmas: (a) Pemeriksaan *antropometri* (BB dan TB); (b) Pemutaran video mengenai teknik *baby massage*; dan (c) Pelaksanaan teknik *baby massage* oleh dosen yang sudah bersertifikat.
5. Tahap Penutupan: (a) Dokumentasi selama kegiatan berlangsung; dan (b) Evaluasi: evaluasi memonitoring faktor risiko stunting bayi berdasarkan hasil *antropometri* bayi dan dikoordinasikan kepada Bidan Puskesmas Pilolodaa dan Camat Kota Barat.

C. HASIL DAN PEMBAHASAN

Dalam kegiatan “Pencegahan Stunting Pada Bayi Usia 6-24 Bulan Dengan Pendekatan Humanis Melalui Teknik *Baby Massage* Di Wilayah Kecamatan Kota Barat Kota Gorontalo, telah dilaksanakan sebagai berikut:

1. Pemeriksaan *antropometri*

Pemantauan pertumbuhan fisik pada bayi maupun balita dapat dilakukan dengan pengukuran *antropometri*. Pemeriksaan *antropometri* untuk mendeteksi ada atau tidaknya kelainan tubuh pada bayi serta menjadi komponen kunci dari penilaian status gizi pada anak (Kusuma & Hasanah, 2018; Podungge et al., 2022). Dari hasil pemeriksaan antropometri, tinggi badan dan berat badan ditemukan ada 13 anak dengan kategori *stunting*. Berikut

pemeriksaan *antropometri* seperti pada Gambar 1.



Gambar 1. Pemeriksaan *antropometri*

2. Pemutaran video teknik *baby massage*

Pijat bayi dapat berpengaruh penting dalam proses tumbuh kembang bayi. Video teknik *baby massage* bertujuan untuk membantu mengkomunikasikan pesan yang akan disampaikan dan memberikan pemahaman kepada orang tua bayi mengenai teknik *baby massage*. Melalui video teknik *baby massage*, orang tua bayi belajar secara mandiri tentang bagaimana teknik *baby massage*. Pemberian video teknik *baby massage* kepada orang tua bayi merupakan salah satu alternatif untuk dapat melaksanakan pijatan (Taamu, Muslimin, & Saadi, 2019). Pemutaran video teknik *baby massage* disini diperlihatkan pada sasaran yang hadir bagaimana melakukan teknik *baby massage*, seperti terlihat pada Gambar 2.



Gambar 2. Pemutaran video teknik *baby massage*

3. Pelaksanaan teknik *baby massage* oleh dosen yang sudah bersertifikat

Pijat bayi memberikan mamfaat bagi ibu dan bayi. Informasi mengenai *teknik baby massage* kurang didapatkan oleh para ibu sehingga menyebabkan ibu tidak melakukan pijatan pada bayinya secara mandiri. Salah satu cara untuk mengoptimalkan tumbuh kembang bayi adalah melakukan stimulasi sejak dini dengan cara melakukan pijat pada bayi. (Ariyanti et al., 2019).

Pemijatan dengan teknik *baby massage* dilakukan oleh dosen agar orang tua bayi bisa melakukan stimulasi atau rangsangan secara langsung kepada bayinya untuk mengoptimalkan tumbuh kembang bayi juga kedekatan ibu dan bayinya. Bayi yang mendapat pijatan secara teratur akan lebih rileks dan tenang karena adanya sentuhan dan rangsangan yang diberikan melalui pijatan (Taamu, Muslimin, & Saadi, 2019), seperti terlihat pada Gambar 3.



Gambar 3. Pemijatan pada bayi

Pendidikan kesehatan tentang manfaat *teknik baby massage* dapat diberikan kepada orang tua untuk meningkatkan pengetahuan orang tua sehingga orang tua dapat melakukan pijat bayi secara mandiri. Dari hasil kegiatan pengabmas ini, 21 bayi dengan usia 6-24 bulan yang datang pada kegiatan pengabmas dilakukan pemijatan dengan teknik *baby massage* oleh dosen yang dilihat langsung oleh orang tua bayi.

D. SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan jumlah sasaran yaitu 21 ibu yang memiliki bayi 6-24 bulan sudah dilakukan pijat bayi dengan teknik *baby massage* yang dilihat langsung oleh orang tua bayi. Kejadian stunting dapat dicegah dalam 1000 Hari Kehidupan sejak hamil dan 24 bulan merupakan salah satu upaya yang dilakukan untuk memberikan pelayanan yang manusiawi dengan pemberian pijat sejak masa kanak-kanak yang meliputi stimulasi motorik kasar, motorik halus, perkembangan bahasa hingga kemandirian. Tujuan dari teknik pijat bayi adalah untuk mengoptimalkan pertumbuhan dan perkembangan bayi melalui rangsangan sentuhan dan kombinasi rangsangan lainnya.

Semoga kegiatan pencegahan kejadian stunting pada 1000 Hari Kehidupan (HPK) tahapan usia anak 6-24 bulan dengan pendekatan humanis melalui Teknik *Baby Massage* Di Wilayah Kecamatan Kota Barat Kota Gorontalo dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari sehingga

bisa meminimalisir angka kejadian stunting khususnya yang ada di wilayah kerja Kecamatan Kota Barat.

DAFTAR RUJUKAN

- Ariyanti, L., Astriyana, S., Signed, W., & Test, R. (2019). *Baby Massage Class : Improving The Skills Of Mother ' S.* 8(2), 89–93.
- Bayi, K. T. (n.d.). *Efektivitas Pijat Bayi Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Bayi The Effectiviness Baby Massage To The Baby's Sleeping Quality.* 13,issue? 11–18.
- Carolyn, B. T., Syamsiah, S., Khasri, M. M., Kebidanan, S., Kesehatan, F. I., Jakarta, U. N., Kebidanan, P. S., Kesehatan, F. I., Jakarta, U. N., Kebidanan, P. S., Kesehatan, F. I., & Jakarta, U. N. (2020). *Pijat bayi dapat meningkatkan berat badan bayi.* 6(3), 383–387.
- Fauziah, A., Wijayanti, H. N., Penelitian, M., & Populasi, Y. (2018). *PENGARUH Pijat Bayi Terhadap Kenaikan Berat Badan Jetis Yogyakarta Effect Of Baby Massage To Increase Weight And Baby Sleep Quality At Jetis Public Health Center Yogyakarta.* 6(2), 14–19. <https://doi.org/10.13057/placentum.v>
- Indriani, E., Karo, B., & Kaban, F. O. (2019). *Optimalisasi Tumbuh Kembang Bayi Melalui Edukasi , Terapi Pijat Bayi (Baby Massage) Dan Senam Bayi (Baby Gym) Di Klinik Bersalin Kota Medan Dan Kabupaten Deli Serdang Tahun 2018* 4(1), 33–37.
- Kesehatan, J. (2021). *Pengaruh pijat bayi dengan tumbuh kembang bayi.* 10(2), 27–32. <https://doi.org/10.37048/kesehatan.v11i1.424>
- Kusuma, R. M., & Hasanah, R. A. (2018). Antropometri Pengukuran Status Gizi Anak Usia 24-60 Bulan Di Kelurahan Bener Kota Yogyakarta. *Medika Respati : Jurnal Ilmiah Kesehatan, 13*(4). <https://doi.org/10.35842/mr.v13i4.196>
- Kuswanti, I., & Azzahra, S. (2022). Hubungan pengetahuan ibu tentang pemenuhan gizi seimbang dengan perilaku pencegahan stunting pada balita. *Jurnal Kebidanan Indonesia, 13*(1), 15–22. <https://www.jurnal.stikesmus.ac.id/index.php/JKebIn/article/view/560>
- Mahasiswa, B., & Masyarakat, K. (n.d.). *Study Guide - Stunting Dan Upaya Pencegahannya Study Guide - Stunting Dan Upaya.*
- Marsaoly, S. (2018). Knowledge and Mother Attitude about Baby Massage Behavior in Posyandu Kelurahan Maliaro Central Ternate City. *Jurnal Kesehatan Masyarakat, 8*(2), 179–185. <https://jurnal.unismuhpalu.ac.id/index.php/PJKM/article/view/632>
- Masyarakat, J. P. (2021). *Jurnal abdi medika. 1*(57), 1–7.
- Nomor, V., Tidur, K., Bayi, P., & Eksperimental, Q. (2022). *Jurnal Ilmu Keperawatan Jiwa. 5*,issue? 181–190.
- Nurdiati, R. D. S., & Wibowo, T. (2018). Perbandingan Efektifitas Penggunaan Minyak Kelapa Murni (Virgin Coconut Oil) dan Minyak Mineral pada Pijat Bayi Untuk Meningkatkan Berat Badan Bayi : Randomized Controlled Trial. *Jurnal Kesehatan Poltekkes Pangkal Pinang, 6*(1), 9–15.
- Nurhasanah Amir, A., Arman, E., Morika, H. D., Anggraini, M. L., & Sainatika, S. S. (n.d.). *Jurnal Abdimas Sainatika Evaluasi Pelaksanaan Stimulasi Pijat Bayi Pada Ibu Balita Di Wilayah Kerja Puskesmas Andalas Kota Padang.* volume? issue? 40–44. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id>
- Podungge, Y., Agustini, R. D., Nurhidayah, Ibrahim, F., Hikmandayani, Sukmawaty, P., & Luawo, H. P. (2022). *Pemberdayaan Keluarga Dalam Rangka Peningkatan Pengetahuan Status Gizi Bayi Balita Melalui Program Toddler's Berkualitas.* 6(5), 4298–4305.
- Posyandu, D., Madureso, D., Astuti, D. P., Utami, W., & Sulastri, E. (2020). *Pencegahan Stunting Melalui Kegiatan Penyuluhan Gizi Balita Dan Pemberian Makanan Tambahan Berbasis Kearifan Lokal.* nama jurnal?

volume? issue? 74–79.

- Putu, N., Yunita, M., Gusti, N., Pramita, A., Ayu, P., & Saraswati, D. (2022). Pelatihan Pijat Bayi Untuk Stimulasi Tumbuh Kembang Bayi Permai Wilayah Puskesmas Kecamatan Kuta Utara. *Ahmar Metakarya: Jurnal Kepada Kelompok Kader Posyandu Di Puskesmas Pembantu Dalung Pengabdian Masyarakat*, 2(1), 13–19.
- Taamu, M. L., & Saadi, D. M. (2019). Video Pijat Bayi Sebagai Media Peningkatan Keterampilan Ibu Dalam Merangsang Perkembangan Motorik Bayi. *HIJP : Health Information Jurnal Penelitian*, 11(2), 1–10.
- Saputri, N. (2019). *Pentingnya manfaat pijat bayi pada bayi usia 0-12 bulan*. DINAMISIA Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat 3(1) 49–52.
- Susila, I. (2017). Pengaruh Teknik Pijat Bayi terhadap Kenaikan Berat Badan Bayi Usia 0-7 Bulan. *Jurnal Midpro*, 9(2), 14–19.
- Rita Kirana, Aprianti, N. W. H. (2022). Pengaruh Media Promosi Kesehatan Terhadap Perilaku Ibu Dalam Pencegahan Stunting Di Masa Pandemi Covid-19 (Pada Anak Sekolah Tk Kuncup Harapan Banjarbaru). *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(9), 2899–2906.