

## PELAYANAN KESEHATAN DAN PENGENALAN MANFAAT PIJAT BAYI KEPADA IBU-IBU YANG MEMILIKI BAYI 0-12 BULAN

Desriati Sinaga<sup>1)</sup>, Aprilita Sitepu<sup>1)</sup>, Ermawaty A. Siallagan<sup>1)</sup>, Anita Veronika<sup>1)</sup>,  
Merlina Sinabariba<sup>1)</sup>, R. Oktaviance S<sup>1)</sup>, Bernadetta Ambarita<sup>1)</sup>, Risda M. Manik<sup>1)</sup>.

<sup>1)</sup>Program Studi D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan, Medan, Sumatera Utara, Indonesia

Corresponding author : Desriati Sinaga, Aprilita Sitepu, Ermawaty A. Siallagan  
E-mail : desinaga02@gmail.com

Diterima 08 November 2022, Direvisi 24 November 2022, Disetujui 24 November 2022

### ABSTRAK

Pengabdian kepada Masyarakat ini bertujuan untuk memberikan informasi kesehatan dan pengenalan manfaat pijat bayi kepada para ibu yang memiliki bayi. Pijat bayi dipercaya dapat menjaga kesehatan, mampu merangsang dan mengoptimalkan tumbuh kembang bayi. Pengabdian ini mengedukasi dan membantu ibu untuk melakukan pijat bayi yang benar untuk dapat dilakukan secara mandiri di rumah. Sasaran kegiatan ini adalah para ibu yang memiliki bayi umur 0-12 bulan. Kegiatan ini dilakukan melalui tiga tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahapan perencanaan dilakukan dengan cara survey pendahuluan ke lokasi pengabdian untuk melihat cakupan sasaran dan angka pelaksanaan pijat bayi. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan memberikan informasi kesehatan dan melakukan demonstrasi teknik pijat bayi yang benar kemudian menganjurkan ibu untuk mempraktikkan langsung kepada bayinya. Tahap evaluasi dilakukan di setiap tahapan pemijatan pada saat mendampingi ibu. Hasil yang didapatkan dalam kegiatan pengabdian ini bahwa ibu memahami pentingnya pijat bayi sangat antusias dan bersedia mengulang kembali tindakan pijat bayi tersebut di rumah, beberapa ibu mengatakan ada kekhawatiran karena belum pernah melakukan pijat bayi sendiri di rumah namun bisa diyakinkan oleh tim bahwa tindakan tersebut dapat dilakukan dengan santai di rumah sesuai dengan demonstrasi yang sudah diajarkan dan leaflet teknik pijat bayi yang sudah dibagikan oleh tim.

**Kata kunci:** pelayanan; kesehatan; manfaat; pijat bayi

### ABSTRACT

This Community Service aims to provide health information and introduce the benefits of baby massage to mothers who have babies. Baby massage is believed to maintain health, stimulate and optimize baby's growth and development. This service teaches and helps mothers to do the right baby massage to be able to do it independently at home. The target of this activity is mothers who have babies aged 0-12 months. This activity is carried out through three stages, namely planning, implementation and evaluation. The planning stage is carried out by means of a preliminary survey to the location of the service to see the scope of targets and the number of implementation of baby massage. The implementation stage is carried out by providing health information and demonstrating the correct baby massage technique and then recommending the mother to practice it directly with her baby. The evaluation stage is carried out at each stage of massage when accompanying the mother. The results obtained in this service activity are that mothers understand the importance of baby massage, are very enthusiastic and are willing to repeat the baby massage at home, some mothers say they are worried because they have never done baby massage at home but can be convinced by the team that this action can be done relaxed at home according to the demonstration that has been taught and leaflets on baby massage techniques that have been distributed by the team.

**Keywords:** services; health; benefits; baby massage

---

### PENDAHULUAN

Pertumbuhan dan perkembangan anak merupakan hal yang sangat penting dan salah satu aspek yang harus diperhatikan secara serius sejak usia dini. Masa bayi merupakan masa kritis karena sangat peka terhadap lingkungan dan membutuhkan asupan gizi

serta stimulasi untuk pertumbuhan dan perkembangannya (Roesli, 2016).

Setiap bayi diharapkan dapat tumbuh dengan optimal dan untuk mencapai pertumbuhan yang optimal pada bayi merupakan hasil interaksi berbagai faktor yang saling berkaitan, yaitu faktor genetik,

lingkungan dan perilaku, serta rangsangan atau stimulasi yang berguna (Soetjiningsih & Ranuh, 2013).

Salah satu cara untuk mengoptimalkan tumbuh kembang adalah dengan cara stimulasi sejak dini. Stimulasi tumbuh kembang yang baik dapat diberikan oleh orang tua kepada anaknya mulai dari bayi. Stimulasi atau rangsangan yang baik untuk anak dapat diberikan oleh orang tua untuk perkembangan potensinya secara maksimal (S, Ronald, 2011).

Stimulasi dapat diberikan sejak dini oleh orang tua sebagai upaya untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan anak. Pijat bayi dapat digolongkan sebagai salah satu bentuk stimulasi yang merupakan pengungkapan rasa kasih sayang antara orang tua dengan anak lewat sentuhan pada kulit. Sentuhan dan pelukan seorang ibu merupakan kebutuhan dasar bayi. Sentuhan yang dihadirkan dalam pijatan-pijatan lembut untuk bayi merupakan sebuah stimulus yang penting dalam tumbuh kembang anak (Roesli, 2016).

Pijat merupakan salah satu metode pengobatan yang sudah digunakan sejak zaman dahulu yang meliputi seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang mampu melemaskan sendi kaku melalui gosokan atau pijatan. Saat ini teknik pijat telah banyak digunakan untuk kesehatan dan peningkatan berat badan bayi (Marni, 2019).

Pijat bayi sangat bermanfaat dalam meningkatkan berat badan (Marni, 2019), mengatur pola tidur-bangun bayi (Sukmawati & Nur Imanah, 2020), peningkatan neuromotor (Yanuarini et al., 2020) dan meningkatkan ikatan emosional antara ibu dan bayi (Roesli, 2016).

Pijat bayi dipercaya dapat menjadi salah satu cara untuk mengoptimalkan tumbuh kembang bayi, tetapi tanpa teknik pemijatan yang benar, pijat bayi justru akan menyakiti bayi. Teknik pijat bayi yang benar belum dipahami sepenuhnya oleh masyarakat terutama ibu yang memiliki bayi.

Dari uraian diatas maka perlu kiranya untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat yang bertujuan untuk memberikan pelayanan kesehatan dan pengenalan manfaat pijat bayi kepada ibu yang memiliki bayi di wilayah kerja Klinik Helen Br. Tarigan.

## METODE

Pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan di Klinik Helen Br. Tarigan Kota Medan dengan rangkaian kegiatan dimulai dari tanggal 23 Mei sampai 3 Juni 2022. Kegiatan ini dilakukan kepada ibu yang memiliki bayi usia 0-12 bulan sejumlah 31 orang. Langkah yang dilakukan dalam mencapai target dan

luaran kegiatan pengabdian ini dilakukan melalui tiga tahapan yaitu perencanaan, pelaksanaan dan evaluasi. Tahapan perencanaan dilakukan dengan cara survei pendahuluan ke lokasi pengabdian untuk melihat cakupan sasaran dan angka pelaksanaan pijat bayi. Tahap pelaksanaan dilakukan dengan memberikan informasi kesehatan dan melakukan demontrasi teknik pijat bayi yang benar kemudian menganjurkan ibu untuk mempraktikkan langsung kepada bayinya. Tahap evaluasi dilakukan di setiap tahapan pemijatan pada saat mendampingi ibu dengan mengobservasi teknik pijat bayi yang dilakukan oleh ibu.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat telah dilakukan pada tanggal 23 Juni sampai 3 Juni 2022 yang berlokasi di wilayah kerja Klinik Helen Br. Tarigan Medan yang diikuti oleh ibu yang memiliki bayi. Narasumber dan fasilitator dalam kegiatan ini adalah seluruh tim pengabdian.

Tim pengabdian telah mendapatkan ijin dan telah disiapkan tempat oleh pihak klinik untuk melaksanakan kegiatan pengabdian. Kegiatan diawali dengan penjelasan tujuan kegiatan dan manfaat kegiatan serta pemaparan materi kepada peserta yang datang. Kegiatan selanjutnya adalah demonstrasi untuk lebih memperjelas dan memberikan gambaran praktik secara langsung kepada ibu bagaimana cara melakukan pijat bayi yang benar seperti terlihat dalam **Gambar 1**. Semua peserta diberikan *leaflet* pijat bayi sehingga peserta lebih mudah mengingat setiap gerakan yang akan dilakukan dalam pijat bayi, setelah itu peserta dapat melakukan teknik pijat bayi secara langsung kepada bayinya dengan didampingi oleh seluruh tim pengabdian. Setelah kegiatan pengabdian selesai, pimpinan klinik dan seluruh tim pengabdian melakukan sesi foto bersama seperti terlihat dalam **Gambar 2**.



**Gambar 1.** Kegiatan Pengabdian Pijat Bayi



**Gambar 2.** Foto dengan Ibu Klinik dan Tim

Pelaksanaan kegiatan ini didukung sepenuhnya oleh pimpinan Klinik sehingga dapat berjalan dengan baik mulai dari persiapan, pelaksanaan dan evaluasi kegiatan. Ada beberapa hal yang ditemukan selama proses pelaksanaan pengabdian yaitu antusias peserta dalam mengikuti kegiatan pijat bayi ini. Pada awalnya mereka tidak terlalu antusias untuk mengikuti kegiatan ini karena beberapa alasan seperti takut melakukan pijatan, anaknya masih terlalu kecil atau anaknya sehat-sehat saja sehingga merasa tidak perlu. Setelah diberikan pengetahuan tentang manfaat pijat bayi dan mempraktikkan langsung setiap tahapan pijat bayi, para peserta menjadi antusias dan ingin melakukan langsung kepada bayinya.

Selama proses pendampingan berlangsung, beberapa kendala muncul seperti bayi rewel karena suhu ruangan yang meningkat ataupun ibu-ibu yang masih takut-takut untuk memijat bayinya, tetapi dengan kerjasama yang baik dari semua tim dan pihak klinik masalah tersebut bisa diselesaikan dengan baik dan kegiatan berjalan lancar.

### **SIMPULAN DAN SARAN**

Kesimpulan yang dapat diambil dari pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat di Wilayah Kerja Klinik Helen Br. Tarigan yaitu terjadi peningkatan pengetahuan tentang pijat bayi pada ibu dan terjadi peningkatan keterampilan tentang pijat bayi. Kegiatan pengabdian ini masih memiliki kekurangan sehingga diharapkan untuk pengabdian selanjutnya agar meningkatkan metode penyuluhan atau metode yang lain dalam memberikan pengetahuan tentang pijat bayi.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Kegiatan pengabdian ini dapat berjalan lancar atas dukungan beberapa pihak yaitu STIKes Santa Elisabeth Medan, Dosen dan Mahasiswa Prodi D3 Kebidanan STIKes Santa Elisabeth Medan, Klinik Helen Br.

Tarigan dan seluruh peserta.

### **DAFTAR RUJUKAN**

- Marni, M. (2019). PENGARUH PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN BERAT BADAN PADA BAYI. *Jurnal Kebidanan Indonesia*.  
<https://doi.org/10.36419/jkebin.v10i1.240>
- Roesli. (2016). *Pedoman Pijat Bayi*. PT. Trubus Agriwidya.
- S, Ronald, H. (2011). *Pedoman & Perawatan Balita agar Tumbuh Sehat dan Cerdas*. Nuansa Aulia.
- Soetjiningsih, & Ranuh, I. (2013). *Tumbuh Kembang Anak* (2nd ed.). EGC.
- Sukmawati, E., & Nur Imanah, N. D. (2020). EFEKTIVITAS PIJAT BAYI TERHADAP PENINGKATAN KUALITAS TIDUR BAYI. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*.  
<https://doi.org/10.36746/jka.v13i1.49>
- Yanuarini, T. A., Yani, E. R., & Farida, A. Y. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Pijat Bayi terhadap Kemampuan Psikomotor Ibu Melakukan Pijat Bayi 1-3 Bulan. *Jurnal Wiyata*.