

## PELATIHAN DAN PENDAMPINGAN PIJAT BAYI PADA IBU YANG MEMILIKI BAYI USIA 0-6 BULAN DI DESA BANTARJAYA KABUPATEN BEKASI

Ika Kania Fatdo Wardani<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup>Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan Universitas Medika Suherman, Cikarang, Bekasi, Jawa Barat, Indonesia

Corresponding author: Ika Kania Fatdo Wardani  
Email: ikakania34@gmail.com

Diterima 27 Desember 2022, Direvisi 04 Februari 2023, Disetujui 06 Februari 2023

### ABSTRAK

Berdasarkan Tahun 2014 pada jurnal Pediatrics tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur. Penelitian di Melbourne Australia didapatkan hasil 32% ibu, terdapat kejadian berulang masalah tidur pada bayi mereka. Berdasarkan survey awal Januari, wawancara 4 orang ibu dg bayi 0-6 bulan tidak mengetahui manfaat dan cara pijat bayi. Berdasarkan uraian tersebut, penulis tertarik melakukan pendampingan pijat bayi". Kegiatan tahap I dan II pada hari Jumat, 07 Oktober dan 04 November 2022, Evaluasi tahap I dan II pada hari sabtu 15 Oktober dan 12 November 2022, di Balai Desa Bantarjaya. Sasaran adalah ibu memiliki Bayi Usia 0-6 di Desa Bantarjaya 40 orang. Metode kegiatan pelatihan dan pendampingan ibu pijat bayi. Media phantom, video pijat bayi, leaflet dan poster. Hasil nilai *pretest* dan *posttest* dari 40 responden sebelum dilakukan penyuluhan (*Pretest*) memiliki pengetahuan kurang tentang pijat bayi sebesar 58,34%, setelah penyuluhan (*Posttest*), pengetahuan ibu menjadi 83,50% (Pengetahuan Baik). Berdasarkan nilai *pretes* dan *posttest* terdapat peningkatan pengetahuan dari responden (25,16%). Hasil sebelum dilakukan pelatihan (*Pretest*) pijat bayi, keterampilan dari 40 responden sebesar 57,85%, setelah dilakukan pelatihan (*Posttest*) keterampilan menjadi 86,25% (Keterampilan Baik). Ada peningkatan keterampilan (28,39%). Kegiatan Penerapan Pijat Bayi Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan untuk tumbuh kembang yang optimal.

**Kata Kunci** : pijat bayi; kualitas tidur bayi

### ABSTRACT

Based on 2014 in the journal Pediatrics, it was noted that around 33% of babies experienced sleep problems. Research in Melbourne Australia found that 32% of mothers had recurrent incidences of sleep problems in their babies. Based on an early January survey, interviews of 4 mothers with babies 0-6 months did not know the benefits and methods of baby massage. Based on this description, the author is interested in doing baby massage assistance". Phase I and II activities on Friday, October 07 and November 04, 2022, Evaluation phase I and II on Saturday, October 15 and November 12, 2022, at the Bantarjaya Village Hall. The target is for mothers to have babies aged 0-6 in Bantarjaya Village with 40 people. Method of training activities and mentoring of baby massage mothers. Phantom media, baby massage videos, leaflets and posters. The results of pretest and posttest scores from 40 respondents before counseling (*Pretest*) had less knowledge about baby massage by 58.34%, after counseling (*Posttest*), maternal knowledge became 83.50% (Good Knowledge). Based on pretest and posttest scores, there was an increase in knowledge from respondents (25.16%). Results before the baby massage training (*Pretest*), the skills of 40 respondents were 57.85%, after training (*Posttest*) skills to 86.25% (Good Skills). There was an increase in skills (28.39%). Activities for Applying Baby Massage to Mothers Who Have Babies Aged 0-6 Months for optimal growth and development

**Keywords** : baby massage; baby sleep quality

### PENDAHULUAN

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) tahun 2014 yang dicantumkan dalam jurnal Pediatrics tercatat sekitar 33% bayi mengalami masalah tidur. Penelitian yang dilakukan oleh Hiscock 2014 di Melbourne Australia didapatkan hasil 32% ibu melaporkan terdapat kejadian berulang masalah tidur pada bayi mereka. Penelitian tersebut

menggambarkan bahwa masih banyak kejadian masalah tidur yang dialami bayi dan kejadian tersebut bisa menetap atau terulang kembali. (WHO, 2014)

Menurut Fauziah Rohmawati (2018) yang mengutip pendapat Saputra, mengingat akan pentingnya waktu tidur bagi perkembangan bayi, maka kebutuhan tidurnya harus benar-benar terpenuhi agar tidak berpengaruh buruk

terhadap perkembangannya. Adapun tahapan perkembangan bayi adalah kemampuan motorik kasar, kemampuan motorik halus, kemampuan berbicara, bahasa dan kecerdasan, kemampuan bergaul dan mandiri. Tidur yang tidak adekuat dan kualitas tidur yang buruk dapat mengakibatkan gangguan keseimbangan fisiologi dan psikologi. Dampak fisiologi meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa capek, lemah, koordinasi neuromuscular buruk, proses penyembuhan lambat dan daya tahan tubuh menurun. Sedangkan dampak psikologinya meliputi emosi lebih labil, cemas, tidak konsentrasi, kemampuan kognitif dan menggabungkan pengalamannya lebih rendah. Salah satu cara yang dapat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan tidur bayi yaitu dengan latihan fisik. Latihan fisik mempunyai peranan untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi, latihan fisik ini dapat dilakukan melalui teknik pemijatan. (Rohmawati, 2018)

Pijat bayi adalah gerakan usapan lambat dan lembut pada seluruh tubuh bayi yang dimulai dari kaki, perut, dada, wajah, tangan dan punggung bayi. Naluri seorang bayi merespon sentuhan ibu sebagai sebuah bentuk perlindungan, perhatian, dan ungkapan cinta. Kita bisa melihat bayi yang mendapatkan sentuhan terlihat begitu nyaman dan tenang. Semakin tinggi frekuensi sentuhan, semakin dekat hubungan batin yang terjalin antara bayi dan orang terdekatnya. Salah satu respon yang bisa dilihat jika dilakukan pemijatan secara teratur adalah respon tidur. Tidur adalah bagian dari penyembuhan, perbaikan dan proses fisiologis yang berputar dan bergantian dengan periode jaga yang lebih lama. Mencapai kualitas tidur yang baik penting untuk kesehatan, sama halnya dengan sembuh dari penyakit. Setengah dari seluruh waktu bayi digunakan untuk tidur aktif atau tidur tahap *Rapid Eye Movement* (REM) (Putri, 2016)

Secara ilmiah, pijatan memberi stimulus pada hormon di dalam tubuh, satu substansi yang mengatur fungsi-fungsi seperti nafsu makan, tidur, ingatan dan belajar, pengatur temperatur, *mood*, perilaku, fungsi pembuluh darah, kontraksi otot, pengatur sistem endokrin (pengatur metabolisme, pertumbuhan, dan pubertas) dan depresi. Pijat bayi juga dapat meningkatkan berat badan bayi, membantu bayi yang tidak bisa tidur dengan nyenyak, kurang nafsu makan, dan kurang bisa konsentrasi (Prasetyo, 2017)

Pengetahuan ibu dapat dipengaruhi oleh umur, karena kematangan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan dalam perkembangan mental, juga emosional yang

baik. Karena tingkat kematangan dalam berfikir secara baik sehingga mudah mengerti tentang pijat bayi. Dengan bertambahnya usia, seseorang maka akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental).

Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Nursalam, 2017). Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan dan Dewi, 2010).

Berdasarkan pengamatan pada kondisi di daerah pengabdian menunjukkan bahwa budaya untuk memijatkan bayi pada saat sakit sudah menjadi kebiasaan. Hal ini tentunya membutuhkan upaya penyadaran yang lebih keras karena kuatnya tradisi ini.

Adanya tradisi ini berakibat pada pengetahuan masyarakat terutama ibu bayi tentang pijat bayi yang benar menjadi kurang. Untuk menghilangkan budaya tersebut maka diperlukan upaya penyadaran masyarakat dengan melakukan penyuluhan secara berkala oleh bidan dan bekerja sama dengan tokoh masyarakat agar pengetahuan masyarakat semakin meningkat. (Wawan dan Dewi, 2010)

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alfi Rosita di Kelurahan Wadung Getas Klaten (2012) menyatakan bahwa gerakan relaksasi tidak hanya dilakukan pada daerah kaki saja akan tetapi bisa diberikan di daerah tubuh yang lain karena relaksasi yang digunakan untuk melemaskan otot-otot bayi. Namun, responden beranggapan bahwa gerakan relaksasi hanya dilakukan di daerah kaki saja. Sentuhan relaksasi digunakan untuk menolong agar anggota tubuh bayi yang kaku bisa rileks dan lemas. (Utami, 2016)

Sentuhan yang diberikan sejak awal kelahiran akan memberikan rasa nyaman pada bayi, bayi akan merasa lebih tenang karena ada sentuhan langsung. Sentuhan dan pijatan pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. (Utami, 2016)

Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak di kirim ke otak dan seluruh tubuh. (Utami, 2016)

Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan, sesuai keinginan orang tua. Dengan cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapatkan keuntungan yang lebih besar. Apalagi jika pemijatan dapat dilakukan setiap hari sejak kelahiran sampai bayi berusia 6-7 bulan. (Utami, 2016)

Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh Pendidikan, karena tingkat Pendidikan

akan berpengaruh terhadap daya serap atau penerimaan informasi dan akhirnya pengetahuan yang dimilikinya lebih sedikit. Dalam hal ini tingkat Pendidikan responden termasuk dalam tingkat menengah. (Dewi U, 2014)

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal yang menunjang Kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang, umunya semakin tinggi Pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah pula mereka menerima informasi. (Dewi U, 2014)

Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan ibu dalam melakukan pijat bayi adalah faktor pekerjaan, usia, minat, pengalaman dan kebudayaan sekitar. Pengetahuan akan berpengaruh pada pengetahuan ibu dimana ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga akan sibuk dengan urusan rumah, sehingga ibu akan sulit mendapatkan informasi terkini seperti pengetahuan tentang pijat bayi karena ibu setelah melakukan pekerjaan rumah akan istirahat dan selebihnya diberikan kepada keluarganya. Hal tersebut sesuai dengan teori A Wawan dan Deni M (2011) pekerjaan seseorang merupakan penunjang kehidupan dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah. (Wawan dan Dewi, 2010)

Upaya pemberian pengetahuan ini seharusnya disertai dengan melakukan demonstrasi sehingga ibu bayi usia 0-6 bulan dapat melaksanakan pemijatan bayi dengan benar. Dengan dapat melaksanakan pemijatan secara benar maka dapat memicu ibu untuk dapat melaksanakan pemijatan dengan baik pada bayi sehingga menghasilkan *output* yang maksimal. Salah satu faktor yang menjadi penghambat pengetahuan ibu di desa adalah kurangnya informasi tentang pijat bayi yang diterima oleh ibu. Hasil wawancara peneliti kepada beberapa ibu responden selama pengumpulan data, diperoleh keterangan bahwa mereka tidak pernah mendapatkan informasi tentang pijat bayi khususnya dari petugas kesehatan. Kondisi ini menyebabkan responden kurang memahami dengan baik pengetahuan tentang pijat bayi. Informasi tentang pengetahuan pijat bayi selama ini diperoleh ibu dari sumber nonformal, misalnya penuturan orang tua, teman atau orang yang dianggap berpengalaman serta pengalaman yang mereka alami pada masa terdahulu.

Berdasarkan hasil anamnesa yang dilakukan kepada ibu yang memiliki bayi mengatakan bahwa seringkali merasa dengan melakukan pijat bayi menjadi sembuh dari penyakit akibatnya ibu berpandangan bahwa pijat urut yang dilakukan oleh dukun bayi adalah yang terbaik. Kondisi inilah yang menyebabkan sikap ibu menjadi negatif. Selain pengalaman ibu, budaya masyarakat yang menyebabkan adanya persepsi positif terhadap pijat bayi sebenarnya dapat dimanfaatkan untuk lebih mengenalkan pijat bayi dalam arti pijat bayi yang sesuai dengan kaidah-kaidah kesehatan. Pijat bayi yang dilaksanakan saat ini pada dukun bayi masih merupakan pijat urut dan bukan proses stimulasi pada bayi. Perbedaan tujuan pijat bayi tradisional dengan pijat bayi modern seringkali membuat masyarakat sulit untuk menerima pijat bayi modern. Pijat bayi tradisional dipersepsikan sebagai upaya untuk penyembuhan demam pada bayi sedangkan pijat bayi modern bertujuan untuk proses stimulasi. Kondisi inilah yang menyebabkan masyarakat masih mempercayai penyembuhan pijat bayi karena untuk memperoleh penyembuhan maka ada kecenderungan pada masyarakat untuk memijatkan bayinya, sedangkan upaya stimulasi untuk bayi tidak terlalu menarik minat masyarakat, yang berarti masyarakat masih beranggapan bahwa memijat bayi adalah untuk menyembuhkan dan bukan upaya memberikan stimulasi kepada bayi. Secara budaya perilaku pijat bayi merupakan perilaku yang sering dilakukan oleh masyarakat. Ibu-ibu sering memijatkan anaknya dengan alasan agar anak menjadi lebih segar, anak tidak rewel, anak mudah makan, dan jika anak sakit atau kelelahan. Sikap ibu dalam melakukan pijat bayi masih kurang. Itu dikarenakan mereka kurang peduli dan kurang mempunyai keinginan untuk melakukan pijat bayi sendiri. Untuk itu diperlukan upaya perubahan sikap dengan cara memberikan pemahaman kepada ibu bayi usia 0-6 bulan tentang cara pemijatan bayi yang benar serta tujuannya melalui metode demonstrasi.

Kemampuan peserta dilihat dari penguasaan materi cukup baik dikarenakan waktu yang berkelanjutan dalam penyampaian materi kepada ibu hamil meskipun kemampuan para peserta berbeda-beda. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dikatakan berhasil. Keberhasilan ini selain diukur dari keterampilan peserta setelah mengikuti pelatihan dan dari hasil pretest dan posttest yang telah dibagikan. Manfaat yang diperoleh responden adalah dapat mengingat dan mempraktikkan teknik-teknik yang telah diberikan.

Target utama dari program ini adalah penerapan pijat bayi pada ibu yang memiliki Bayi usia 0-6 bulan di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2022. Hal ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. (Wardani, 2021)

Tujuan dari PkM ini adalah agar setelah dilakukan pijat bayi, bayi akan lebih sehat dan meningkatkan kualitas tidur bayi, sehingga tumbuh kembangnya akan sesuai. PkM ini dilaksanakan dengan menggunakan instrumen yaitu kuesioner untuk mengukur pengetahuan ibu sebelum dan sesudah diberikan penjelasan atau penyuluhan, serta mengukur keterampilan ibu sebelum dan sesudah dilakukan pendampingan dalam pelaksanaan pijat bayi. Lokasi PkM ini dilakukan di Desa Bantarjaya, populasi ibu yang mempunyai bayi 0-6 bulan, yang berjumlah 40 orang. PkM dilaksanakan pada Bulan September-Nopember 2022.

Hasil studi pendahuluan dengan wawancara dengan 4 ibu yang memiliki bayi mengatakan tidak mengetahui manfaat dari pijat bayi dan biasanya mereka memijat bayinya jika rewel kepada paraji atau dukun bayi. Berdasarkan latar belakang tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan pengabdian kepada masyarakat tentang "Penerapan Pijat Bayi Pada Ibu Yang Memiliki Bayi Usia 0-6 Bulan Di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2022."

Analisis univariat ditampilkan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase (%) dari masing-masing variabel. Luaran dari PkM ini adalah Pelaksanaan Pendampingan ibu dalam pelaksanaan Pijat Bayi di Desa Bantarjaya, Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi, serta dihasilkannya jurnal publikasi dan video tutorial cara melakukan Pijat Bayi (Hki).

Kegiatan pendampingan pelaksanaan pijat bayi ini bertujuan untuk meningkatkan kualitas tidur bayi khususnya, dan menjadikan bayi lebih sehat serta tumbuh kembang bayi lebih optimal sesuai dengan usianya. Dengan diadakannya kegiatan PkM ini, pengetahuan ibu dan keterampilan dalam melakukan pijat bayi meningkat saat sebelum dan sesudah diberikan Pendidikan Kesehatan dan pendampingan. (Julianti, 2021)

Menilai ketercapaian tujuan dari kegiatan ini adalah dari hasil Penerapan di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran dari hasil menjawab pre dan posttest serta penilaian keterampilan melakukan Pijat Bayi pada saat sebelum dan setelah dilakukan pelatihan, adanya peningkatan pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan pijat bayi.

Selain metode evaluasi, pelaksana juga membuat media pembelajaran untuk para ibu

yang memiliki bayi usia 0-6 bulan berupa Leaflet, poster, serta video cara pijat bayi. Media leaflet diberikan kepada para ibu untuk dibawa pulang, dengan tujuan agar para ibu bisa mempelajari setiap saat tentang cara pijat bayi. Media Poster dan video diberikan juga kepada para ibu kader, minimal pada saat diadakan posyandu bisa selalu mengingatkan kembali kepada ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan untuk melakukan cara pijat bayi, serta poster bisa dipasang juga pada tempat-tempat yang strategis yang mudah dilihat oleh para ibu, seperti di Posyandu, Puskesmas, tempat PKK, SD/PAUD/TK. Tujuannya dilakukan hal tersebut adalah untuk memberikan motivasi agar para ibu melakukan pijat bayi, sehingga dapat mempersiapkan optimalisasi untuk pertumbuhan dan perkembangan anak.

## METODE

Kegiatan dilaksanakan pada Tahap 1 dan II dilaksanakan pada Hari Jum'at, Tanggal 07 Oktober dan 04 November 2022, bertempat di Balai Desa Bantar Jaya Kecamatan Pebayuran. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki bayi usia 0-6 Bulan yang bertempat tinggal di Desa Bantar Jaya sebanyak 40 orang. Metode kegiatan yang digunakan dalam pengabdian ini ada berupa pemberian Pendidikan Kesehatan atau penyuluhan serta pendampingan dalam melakukan pijat bayi di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi tahun 2022. Media yang digunakan berupa alat peraga (phantom), video cara melakukan pijat bayi, leaflet dan poster yang terkait materi yang akan disampaikan dalam kegiatan PkM tersebut. (Rohmah, 2022).

Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada Tahap I dan II dilaksanakan pada hari Sabtu, 15 Oktober dan 12 November 2022, pukul 10.00-15.00 WIB dengan sasaran yang sama. Para ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan masing-masing melakukan cara pijat bayi, kemudian pelaksana mengamati dan mengisi lembar ceklis dari masing-masing responden. Seluruh kegiatan berjalan lancar, semua ibu hamil bisa memahami dan bisa melakukan cara pijat bayi

## Pra Kegiatan

1. Mengurus izin ke Kesbangpol Kabupaten Bekasi
2. Mengurus izin ke Dinas Kesehatan Kabupaten Bekasi
3. Mengurus izin ke Puskesmas Pebayuran
4. Mengurus izin ke Desa Bantarjaya
5. Berkoordinasi dengan Para Kader dan aparat Desa Bantarjaya tentang kegiatan untuk mengundang para ibu yang memiliki Bayi ke Balai Desa

Bantarjaya pada hari Rabu, 21 September 2022

### Kegiatan

1. Dilaksanakan pretest kepada responden menggunakan kuesioner.
2. Dilakukan pemaparan materi tentang Pijat Bayi
3. Dilaksanakan posttest dengan kuesioner.
4. Sebelum dilakukan demonstrasi, para ibu diminta untuk mendemonstrasikan dari pelaksanaan pijat bayi, setelah itu dinilai sesuai dengan lembar ceklis.
5. Dilaksanakan demonstrasi
6. Para ibu melakukan Kembali tahapan pijat bayi yang sudah di demonstrasikan, kemudian dilakukan penilaian menggunakan lembar ceklis (Posttest)



**Gambar 3.** Pelaksanaan Pendampingan Pijat Bayi



**Gambar 1.** Proses Sosialisasi Tentang Pijat Bayi



**Gambar 4.** Pelaksanaan Pendampingan Pijat Bayi



**Gambar 2.** Proses Sosialisasi Tentang Pijat Bayi



**Gambar 5.** Pelaksanaan Pendampingan Pijat Bayi



**Gambar 6.** Pelaksanaan Pendampingan Pijat Bayi



**Gambar 7.** Pengisian Kuesioner oleh Responden

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berikut Tabel 1 merupakan hasil penyuluhan tentang pijat bayi sebelum dan setelah responden mengisi kuesioner.

**Tabel 1.** Rekapitulasi Prosentase Hasil Pengetahuan Pijat Bayi

Nama	Nilai Pretes	Nilai Posttes	Peningkatan Pengetahuan (%)
R1	60	80	20
R2	80	93,33	13,33
R3	73,33	93,33	20
R4	80	93,33	13,33
R5	80	100	20
R6	60	100	40
R7	46,7	80	33,3
R8	53,33	93,33	40
R9	40	80	40
R10	66,7	93,33	26,63

R11	60	80	20
R12	53,33	73,33	20
R13	40	93,33	53,33
R14	73,33	80	6,67
R15	40	66,7	26,7
R16	60	80	20
R17	53,33	93,33	40
R18	46,7	66,7	20
R19	46,7	80	33,3
R20	66,7	80	13,3
R21	53,33	80	26,67
R22	40	66,7	26,7
R23	66,7	80	13,3
R24	73,33	80	6,67
R25	46,7	66,7	20
R26	73,33	93,33	20
R27	66,7	93,33	26,63
R28	40	73,33	33,33
R29	73,33	100	26,67
R30	66,7	80	13,3
R31	60	93,33	33,33
R32	60	80	20
R33	40	73,33	33,33
R34	66,7	93,33	26,63
R35	53,33	80	26,67
R36	60	93,33	33,33
R37	66,7	73,33	6,63
R38	40	66,7	26,7
R39	53,33	93,33	40
R40	53,33	80	26,67
<b>RATA2</b>	<b>58,342</b>	<b>83,5028</b>	<b>25,16125</b>

Berdasarkan tabel 1 diatas menyatakan dari 40 responden, sebelum dilakukan penyuluhan tentang pijat bayi memiliki nilai pengetahuan rata-rata sebesar 58,342 % (pengetahuan kurang), setelah dilakukan penyuluhan nilai rata-rata pengetahuan responden sebesar 83,5028 % (pengetahuan baik), dengan demikian dari 40 responden terdapat peningkatan nilai rata-rata pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, yaitu sebesar 25,15%.

**Tabel 2.** Rekapitulasi Prosentase Hasil Keterampilan Pijat Bayi

Nama	Nilai Pretes	Nilai Posttes	Peningkatan Pengetahuan (%)
R1	71,43	85,71	14,28
R2	50	92,86	42,86
R3	35,71	85,71	50
R4	57,14	85,71	28,57
R5	71,43	85,71	14,28
R6	57,14	78,57	21,43
R7	57,14	85,71	28,57
R8	71,43	92,86	21,43
R9	42,86	78,57	35,71
R10	57,14	78,57	21,43

Nama	Nilai Pretes	Nilai Posttes	Peningkatan Pengetahuan (%)
R11	57,14	85,71	28,57
R12	57,14	92,86	35,72
R13	57,14	78,57	21,43
R14	78,57	85,71	7,14
R15	42,86	85,71	42,85
R16	71,43	78,57	7,14
R17	57,14	78,57	21,43
R18	42,86	78,57	35,71
R19	71,43	92,86	21,43
R20	78,57	85,71	7,14
R21	78,57	92,86	14,29
R22	42,86	78,57	35,71
R23	57,14	92,86	35,72
R24	71,43	85,71	14,28
R25	42,86	85,71	42,85
R26	42,86	78,57	35,71
R27	78,57	85,71	7,14
R28	42,86	92,86	50
R29	57,14	92,86	35,72
R30	64,29	78,57	14,28
R31	57,14	92,86	35,72
R32	42,86	85,71	42,85
R33	78,57	92,86	14,29
R34	42,86	92,86	50
R35	64,29	85,71	21,42
R36	64,29	92,86	28,57
R37	57,14	85,71	28,57
R38	42,86	85,71	42,85
R39	57,14	85,71	28,57
R40	42,86	92,86	50
<b>RATA2</b>	<b>57,85725</b>	<b>86,24875</b>	<b>28,3915</b>

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa sebelum dilakukan pendampingan penerapan pijat bayi, dari 40 responden memiliki keterampilan yang kurang dalam melakukan pijat bayi yaitu dengan nilai rata-rata sebesar 57,85%, setelah dilakukan evaluasi dari pendampingan tersebut dari 40 responden mengalami perubahan nilai rata-rata yaitu sebesar 86,24% (Keterampilan Baik). Berdasarkan hasil tersebut, ada peningkatan keterampilan dari responden dari sebelum dilakukan pendampingan dengan setelah dilakukan evaluasi yaitu sebesar 28,39%

Dalam pelaksanaannya, kegiatan ini dilaksanakan pada Tahap I dan II dilaksanakan pada Hari Jum'at, Tanggal 07 Oktober dan 04 November 2022, bertempat di Balai Desa Bantar Jaya Kecamatan Pebayuran. Sasaran kegiatan ini adalah ibu yang memiliki bayi usia 0-6 Bulan yang bertempat tinggal di Desa Bantar Jaya sebanyak 40 orang. Peserta tidak hanya pada ibu yang baru pertama memiliki bayi. Dengan pengalaman ibu yang pernah mempunyai bayi sebelumnya diharapkan ibu

yang baru pertama kali memiliki bayi dapat termotivasi untuk melakukan pijat bayi kepada anaknya nanti. Hal ini dapat dijadikan sebagai contoh bagi ibu lainnya yang nantinya juga akan memiliki bayi. Ketercapaian target materi pada kegiatan pengabdian masyarakat ini sangat baik, karena materi dapat disampaikan secara keseluruhan meskipun terbagi kedalam beberapa kelompok. Dalam penyampaian materi oleh Ika Kania Fatdo Wardani, SST., M.Kes (sebagai pengabdian) yang dibantu oleh perwakilan dua orang mahasiswa dan para ibu kader Desa Bantarjaya

Kegiatan evaluasi dilaksanakan pada Tahap I dan II dilaksanakan pada hari Sabtu, 15 Oktober dan 12 November 2022, pukul 10.00-15.00 WIB dengan sasaran yang sama. Para ibu yang memiliki bayi usia 0-6 bulan masing-masing melakukan cara pijat bayi, kemudian pelaksana mengamati dan mengisi lembar ceklis dari masing-masing responden. Seluruh kegiatan berjalan lancar, semua ibu hamil bisa memahami dan bisa melakukan cara pijat bayi. Selama pelaksanaan tidak diketemukan kendala.

Berdasarkan hasil diketahui bahwa pengetahuan ibu tentang pijat bayi di Desa Bantarjaya sebagian besar adalah kurang yaitu 25 responden (62,5%) dan sebagian kecil memiliki pengetahuan baik yaitu 15 responden (37,5%).

Pengetahuan adalah hasil "tahu" dan ini terjadi setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek melalui panca indra manusia yakni penglihatan, pendengaran, rasa dan raba dengan sendiri. (Wawan dan Dewi, 2013)

Roesli (2016) menyatakan bahwa pijat bayi adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang dikenai sejak awal manusia diciptakan di dunia serta telah dipraktikkan sejak berabad-abad tahun silam secara turun temurun oleh dukun bayi. "Yang disebut bayi adalah anak yang berumur 0-12 bulan. (Utami, 2016)

Dari uraian diatas dapat disimpulkan bahwa pengetahuan ibu mayoritas kurang. Pengetahuan ibu belum begitu memahami sehingga pengetahuan ibu dalam berfikir tentu lebih berbeda pola pikirnya. Seseorang akan mempunyai pengetahuan yang baik disebabkan karena orang tersebut telah menggunakan panca indranya dengan maksimal, selain itu terdapat kemungkinan lain yang bisa menyebabkan rendahnya pengetahuan yaitu adanya pemahaman ibu bayi yang kurang tepat mengenai pijat bayi. Dalam pengetahuan ibu banyak mengetahui tentang pijat bayi di dukun.

Namun ada juga yang kurang mengetahui tentang pijat bayi karena setiap orang memiliki daya ingat dan daya tangkap yang berbeda-beda, kemampuan menganalisis dan kemampuan berfikir merupakan salah satu penyebab perbedaan pola pikir. Banyak diantara ibu bayi yang tidak mengerti tentang pijat bayi, dan ibu hanya mengerti jika anak sakit dipijat bisa sembuh. Ibu bayi tidak mengerti akibat yang akan terjadi jika bayi dipijat saat sakit dan ibu kurang mengerti atau memahami tentang pijat bayi.

Pengetahuan ibu dapat dipengaruhi oleh umur, karena kematangan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan dalam perkembangan mental, juga emosional yang baik. Karena tingkat kematangan dalam berfikir secara baik sehingga mudah mengerti tentang pijat bayi. Dengan bertambahnya usia, seseorang maka akan terjadi perubahan pada aspek fisik dan psikologis (mental).

Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang termasuk juga perilaku seseorang untuk sikap berperan serta dalam pembangunan (Nursalam, 2017). Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan dan Dewi, 2010).

Berdasarkan pengamatan pada kondisi di daerah pengabdian menunjukkan bahwa budaya untuk memijat bayi pada saat sakit sudah menjadi kebiasaan. Hal ini tentunya membutuhkan upaya penyadaran yang lebih keras karena kuatnya tradisi ini.

Adanya tradisi ini berakibat pada pengetahuan masyarakat terutama ibu bayi tentang pijat bayi yang benar menjadi kurang. Untuk menghilangkan budaya tersebut maka diperlukan upaya penyadaran masyarakat dengan melakukan penyuluhan secara berkala oleh bidan dan bekerja sama dengan tokoh masyarakat agar pengetahuan masyarakat semakin meningkat. (Wawan dan Dewi, 2010)

Upaya pemberian pengetahuan ini seharusnya disertai dengan melakukan demonstrasi sehingga ibu bayi usia 0-6 bulan dapat melaksanakan pemijatan bayi dengan benar. Dengan dapat melaksanakan pemijatan secara benar maka dapat memicu ibu untuk dapat melaksanakan pemijatan dengan baik pada bayi sehingga menghasilkan output yang maksimal. Salah satu faktor yang menjadi penghambat pengetahuan ibu di desa adalah kurangnya informasi tentang pijat bayi yang diterima oleh ibu. Hasil wawancara peneliti kepada beberapa ibu responden selama pengumpulan data, diperoleh keterangan bahwa mereka tidak pernah mendapatkan informasi tentang pijat bayi khususnya dari petugas kesehatan. Kondisi ini menyebabkan responden kurang memahami dengan baik

pengetahuan tentang pijat bayi. Informasi tentang pengetahuan pijat bayi selama ini diperoleh ibu dari sumber nonformal, misalnya penuturan orang tua, teman atau orang yang dianggap berpengalaman serta pengalaman yang mereka alami pada masa terdahulu.

Berdasarkan hasil anamnesa yang dilakukan kepada ibu yang memiliki bayi mengatakan bahwa seringkali merasa dengan melakukan pijat bayi menjadi sembuh dari penyakit akibatnya ibu berpandangan bahwa pijat urut yang dilakukan oleh dukun bayi adalah yang terbaik. Kondisi inilah yang menyebabkan sikap ibu menjadi negatif. Selain pengalaman ibu, budaya masyarakat yang menyebabkan adanya persepsi positif terhadap pijat bayi sebenarnya dapat dimanfaatkan untuk lebih mengenalkan pijat bayi dalam arti pijat bayi yang sesuai dengan kaidah-kaidah kesehatan. Pijat bayi yang dilaksanakan saat ini pada dukun bayi masih merupakan pijat urut dan bukan proses stimulasi pada bayi. Perbedaan tujuan pijat bayi tradisional dengan pijat bayi modern seringkali membuat masyarakat sulit untuk menerima pijat bayi modern. Pijat bayi tradisional dipersepsikan sebagai upaya untuk penyembuhan demam pada bayi sedangkan pijat bayi modern bertujuan untuk proses stimulasi. Kondisi inilah yang menyebabkan masyarakat masih mempercayai penyembuhan pijat bayi karena untuk memperoleh penyembuhan maka ada kecenderungan pada masyarakat untuk memijat bayinya, sedangkan upaya stimulasi untuk bayi tidak terlalu menarik minat masyarakat, yang berarti masyarakat masih beranggapan bahwa memijat bayi adalah untuk menyembuhkan dan bukan upaya memberikan stimulasi kepada bayi. Secara budaya perilaku pijat bayi merupakan perilaku yang sering dilakukan oleh masyarakat. Ibu-ibu sering memijat anaknya dengan alasan agar anak menjadi lebih segar, anak tidak rewel, anak mudah makan, dan jika anak sakit atau kelelahan. Sikap ibu dalam melakukan pijat bayi masih kurang. Itu dikarenakan mereka kurang peduli dan kurang mempunyai keinginan untuk melakukan pijat bayi sendiri. Untuk itu diperlukan upaya perubahan sikap dengan cara memberikan pemahaman kepada ibu bayi usia 0-6 bulan tentang cara pemijatan bayi yang benar serta tujuannya melalui metode demonstrasi.

Kemampuan peserta dilihat dari penguasaan materi cukup baik dikarenakan waktu yang berkelanjutan dalam penyampaian materi kepada ibu hamil meskipun kemampuan para peserta berbeda-beda. Secara keseluruhan kegiatan pengabdian masyarakat ini dapat dikatakan berhasil. Keberhasilan ini



selain diukur dari keterampilan peserta setelah mengikuti pelatihan dan dari hasil pretest dan posttest yang telah dibagikan. Manfaat yang diperoleh responden adalah dapat mengingat dan mempraktikkan teknik-teknik yang telah diberikan.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Alfi Rosita di Kelurahan Wadung Getas Klaten (2012) menyatakan bahwa gerakan relaksasi tidak hanya dilakukan pada daerah kaki saja akan tetapi bisa diberikan di daerah tubuh yang lain karena relaksasi yang digunakan untuk melemaskan otot-otot bayi. Namun, responden beranggapan bahwa gerakan relaksasi hanya dilakukan di daerah kaki saja. Sentuhan relaksasi digunakan untuk menolong agar anggota tubuh bayi yang kaku bisa rileks dan lemas. (Utami, 2016)

Sentuhan yang diberikan sejak awal kelahiran akan memberikan rasa nyaman pada bayi, bayi akan merasa lebih tenang karena ada sentuhan langsung. Sentuhan dan pijatan pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi. (Utami, 2016)

Sentuhan juga akan merangsang peredaran darah dan akan menambah energi karena gelombang oksigen yang segar akan lebih banyak di kirim ke otak dan seluruh tubuh. (Utami, 2016)

Pijat bayi dapat segera dimulai setelah bayi dilahirkan, sesuai keinginan orang tua. Dengan cepat mengawali pemijatan, bayi akan mendapatkan keuntungan yang lebih besar. Apalagi jika pemijatan dapat dilakukan setiap hari sejak kelahiran sampai bayi berusia 6-7 bulan. (Utami, 2016)

Pengetahuan seseorang dapat dipengaruhi oleh Pendidikan, karena tingkat Pendidikan akan berpengaruh terhadap daya serap atau penerimaan informasi dan akhirnya pengetahuan yang dimilikinya lebih sedikit. Dalam hal ini tingkat Pendidikan responden termasuk dalam tingkat menengah. (Dewi U, 2014)

Pendidikan berarti bimbingan yang diberikan seseorang kepada orang lain menuju ke arah cita-cita tertentu. Pendidikan diperlukan untuk mendapat informasi misalnya hal yang menunjang Kesehatan sehingga dapat meningkatkan kualitas hidup. Pendidikan dapat mempengaruhi seseorang, umumnya semakin tinggi Pendidikan seseorang, maka akan semakin mudah pula mereka menerima informasi. (Dewi U, 2014)

Faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan ibu dalam melakukan pijat bayi adalah faktor pekerjaan, usia, minat, pengalaman dan kebudayaan sekitar. Pengetahuan akan

berpengaruh pada pengetahuan ibu dimana ibu yang bekerja sebagai ibu rumah tangga akan sibuk dengan urusan rumah, sehingga ibu akan sulit mendapatkan informasi terkini seperti pengetahuan tentang pijat bayi karena ibu setelah melakukan pekerjaan rumah akan istirahat dan selebihnya diberikan kepada keluarganya. Hal tersebut sesuai dengan teori A Wawan dan Deni M (2011) pekerjaan seseorang merupakan penunjang kehidupan dan kehidupan keluarga. Pekerjaan bukanlah sumber kesenangan, tetapi lebih banyak merupakan cara mencari nafkah. (Wawan dan Dewi, 2010)

## SIMPULAN

Adanya peningkatan pengetahuan ibu sebelum dan sesudah dilakukan sosialisasi atau penyuluhan tentang pijat bayi, yaitu sebesar 25,16% dan peningkatan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi yaitu sebesar 28,39%. Dengan demikian kegiatan sosialisasi dan pendampingan dalam penerapan pijat bayi pada ibu berlangsung sesuai dengan tujuan dan manfaat dari kegiatan tersebut. Peserta dan ibu kader memiliki antusias yang tinggi selama kegiatan berlangsung, peserta juga merasa senang karena mendapatkan pengetahuan tentang manfaat pijat bayi dan bagaimana cara melakukan pijat bayi, serta mendapatkan *reward* karena sudah menjawab pertanyaan dengan benar.

Diharapkan setelah kegiatan ini akan terus ada pendampingan kepada ibu responden khususnya dan untuk ibu hamil serta ibu yang baru melahirkan agar bisa melakukan pijat bayi kepada bayinya, sehingga kualitas tidur bayi baik, serta tumbuh kembang menjadi optimal sesuai dengan usianya.

## UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Yayasan Medika Bahagia sebagai pemberi dana hibah Pengabdian kepada Masyarakat, Seluruh Pimpinan Universitas Medika Suherman, Rekan-rekan Prodi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan, Tim mahasiswa, Kepala Desa Bantarjaya, Para Ibu Kader Desa Bantarjaya dan Keluarga yang telah membantu, membimbing dan memberikan motivasi dalam pelaksanaan Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat.

## DAFTAR RUJUKAN

- Dewi U, A. F. (2014). *Pengaruh Pemijatan Terhadap Kualitas Tidur*. Depdiknas.
- Julianti, N. (2021). *SOSIALISASI PEMERIKSAAN METODE IVA PADA WANITA USIA SUBUR (WUS) UNTUK DETEKSI DINI KANKER SERVIKS*.

- SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 105–110.
- Nursalam. (2017). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan : Pendekatan Praktis Edisi 3*. Salemba Medika.
- Prasetyo, D. (2017). *Buku Pintar Pijat Bayi*. Buku Biru.
- Putri, D. A. (2016). Hubungan Pijat Bayi dengan Kualitas Tidur Bayi. *Kebidanan Poltekkes Bhakti Mulia, Maternal*, No. 1, 1.
- Rohmah, H. N. F. (2022). PENYULUHAN PEMILIHAN ALAT KONTRASEPSI SESUAI KONDISI KESEHATAN AKSEPTOR. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 6(3), 1375–1379.
- Rohmawati, F. (2018). *Pengaruh Baby Massage Terhadap Kualitas Tidur*. Trans Info Media.
- Utami, R. (2016). *Pedoman Pijat Bayi*. Jakarta Trubus Agriwidya.
- Wardani, I. K. F. (2021). Pelatihan Cara Perawatan Payudara Pada Ibu Hamil Trimester Iii Di Desa Bantarjaya Kecamatan Pebayuran Kabupaten Bekasi Tahun 2021. *SELAPARANG Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 5(1), 115–119.
- Wawan dan Dewi. (2013). Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia. In *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.
- WHO. (2014). *WHO Global Report on Falls Prevention in Older Age*. Prancis : WHO