

PEMANTAUAN PERTUMBUHAN DENGAN PIJAT BAYI OLEH KADER POSYANDU BALITA DALAM PERIODE EMAS 1000 HPK (HARI PERTAMA KEHIDUPAN)

¹⁾Nicky Danur Jayanti¹⁾, Senditya Indah Mayasari¹⁾

¹⁾Program Studi DIII Kebidanan, STIKES Widyagama Husada, Malang, Jawa Timur, Indonesia

Corresponding author: Nicky Danur Jayanti
Email: nicky_daanty@widyagamahusada.ac.id

Diterima 23 Maret 2022, Direvisi 19 Mei 2022, Disetujui 20 Mei 2022

ABSTRAK

Di Indonesia pijat bayi sudah dikenal oleh masyarakat Indonesia sejak jaman Hindia Belanda dan sudah menjadi suatu tradisi di lingkungan masyarakat Indonesia. Di desa – desa atau di kampung pemijatan pada bayi sering dilakukan oleh dukun bayi maupun dukun pijat, namun cara dan tujuannya berbeda dengan pijat bayi saat ini. Pada beberapa tahun terakhir ini fungsi maupun manfaat dari pijat bayi mulai diperhatikan oleh para ahli medis dan mereka mulai meninjau dari aspek kesehatan bidang kedokteran. Pemijatan yang rutin dilakukan terbukti dapat menambah berat badan pada bayi. Tujuan kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini adalah memberdayakan kader posyandu dalam pemantauan pertumbuhan dengan pijat bayi. Metode yang dilakukan adalah dengan pemberian TOT (*Training of Trainer*) Pijat bayi dan pendampingan kader Posyandu dalam melaksanakan Pijat Bayi. Peserta pelatihan pijat bayi berjumlah 6 orang perwakilan kader Posyandu Aggregat di Desa Mangliawan Kab. Malang. Hasil kegiatan dapat terlihat meningkatnya keterampilan kader Posyandu tentang pijat bayi dan pemantauan pertumbuhan bayi/ balita pada saat pendampingan. Peningkatan keterampilan kader mempunyai manfaat lebih mudah menemukan gangguan pertumbuhan anak sejak dini, sehingga upaya pencegahan, upaya stimulasi dan upaya penyembuhan serta upaya pemulihan dapat diberikan dengan indikasi jelas sedini mungkin pada masa-masa rentan tumbuh kembang.

Kata Kunci : kader posyandu; pertumbuhan; pijat bayi

ABSTRACT

In Indonesia, baby massage has been known by the Indonesian people since the Dutch East Indies era and has become a tradition in Indonesian society. In villages or in the village, infant massage is often carried out by traditional birth attendants or traditional massage therapists, but the method and purpose are different from current infant massage. In recent years, the functions and benefits of baby massage have begun to be noticed by medical experts and they have begun to review the health aspects of the medical field. Regular massage has been shown to increase baby's weight. The purpose of this community service activity is to empower posyandu cadres in monitoring growth with baby massage. The method used is by giving TOT (*Training of Trainer*) baby massage and mentoring Posyandu cadres in carrying out Baby Massage. The participants of the baby massage training were 6 representatives of Aggregat Posyandu cadres in Mangliawan Village, Kab. Poor. The results of the activity can be seen increasing the skills of Posyandu cadres regarding infant massage and monitoring the growth of infants/toddlers during mentoring. Improving the skills of cadres has the benefit of making it easier to find children's growth disorders from an early age, so that prevention efforts, stimulation efforts and healing efforts as well as recovery efforts can be given with clear indications as early as possible during vulnerable periods of growth and development.

Keywords : posyandu cadre; growth; baby massage.

PENDAHULUAN

Beberapa budaya tradisional, khususnya di Benua Asia dan Afrika menjadikan pijat bayi sebagai terapi yang biasa dilakukan secara turun menurun (Adamson, 1996). Di Indonesia pijat bayi sudah dikenal oleh masyarakat Indonesia sejak jaman Hindia Belanda dan sudah

menjadi suatu tradisi di lingkungan masyarakat Indonesia. Di desa – desa atau di kampung pemijatan pada bayi sering dilakukan oleh dukun bayi maupun dukun pijat, namun cara dan tujuannya berbeda dengan pijat bayi saat ini. Pada beberapa tahun terakhir ini fungsi maupun manfaat dari pijat bayi mulai diperhatikan oleh para ahli medis dan mereka

mulai meninjau dari aspek kesehatan bidang kedokteran (Bastian, 2014).

Suatu studi tentang stimulasi pada bayi prematur dengan meta analisis dengan 19 penelitian didapatkan hasil peningkatan berat badan yang signifikan terjadi pada bayi yang mendapatkan pijatan serta perkembangan yang lebih baik sekitar 75% dibandingkan kelompok pembanding yang hanya menerima perawatan yang standar. Pada studi lain menyebutkan bahwa bayi ketika diberikan pijatan 2 kali dalam seminggu selama 1,5 bulan menunjukkan bahwa bayi – bayi tersebut saat ditaruh dalam ayunan tidak mudah menangis dan lebih siaga dibanding kelompok pembanding. Penelitian tersebut dilakukan pada bayi cukup bulan (aterm) dengan usia 1 – 3 bulan berjumlah 40 bayi dengan ibu depresi juga orang tua tunggal di kehidupan sosial ekonomi rendah (Ottenbacher, 2014). Penurunan kadar *salivary cortisol* dapat terjadi ketika melakukan pijatan pada bayi, tidak hanya itu pijatan pada bayi juga berdampak pada kadar hormon stres katekolamin dalam air seni (norepineprin, epinefrin dan kortisol). Dengan demikian nutrisi yang masuk pada tubuh bayi dapat dimaksimalkan untuk keperluan pertumbuhan dan perkembangannya, sebab semakin tinggi stres pada bayi semakin tinggi pula kebutuhan nutrisi untuk mengatasi stres tersebut, tetapi jika stres tidak ada atau berkurang maka kebutuhan nutrisi akan terserap penuh untuk tumbuh kembangnya (Field, 2010). Peningkatan berat badan, kemajuan dalam motorik halus, emosional, kemampuan bersosialisasi merupakan beberapa manfaat pijatan pada bayi yang dilakukan dalam kurun waktu kurang lebih 6 minggu. Manfaat lainnya adalah bayi lebih tenang dan adanya penurunan hormon stres dalam urine (Field, 2011).

Masa dimana pertumbuhan dan perkembangan berkembang pesat adalah pada saat anak berusia 0 – 24 bulan, masa – masa ini biasa disebut dengan periode emas sekaligus periode kritis atau rentan. Agar periode emas dapat tercapai diperlukan asupan nutrisi bergizi tinggi sesuai usia sehingga tumbuh kembang bisa optimal. Namun jika bayi dan balita pada usia tersebut tidak mendapatkan gizi yang sesuai, maka periode emas dapat berubah menjadi periode kritis yang dapat menghambat tumbuh kembangnya, baik di periode usianya sekarang maupun dimasa mendatang. Masa – masa ini sering kali disebut dengan Seribu hari pertama kehidupan (1000 HPK). Secara global atau internasional masa – masa

tersebut oleh PBB disebut dengan *Scaling Up Nutrition* (SUN) (Bappenas, 2012).

Beberapa hasil studi penelitian tentang pijat bayi terbukti bahwa terapi pijat bayi yang dilakukan secara rutin dan konsisten dapat berdampak baik terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi. Agar keberhasilan deteksi penyimpangan tumbuh kembang bayi dengan pijat bayi lebih terjamin maka membutuhkan dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak baik dari tenaga kesehatan, kader kesehatan maupun keluarga.

Gambaran situasi mitra Pengabdian Kepada Masyarakat yakni kelompok pengabdian melakukan peninjauan dengan menghubungi badan penanggung jawab Posyandu, didapatkan data bahwa semua kader posyandu belum pernah mendapatkan pelatihan tentang pijat bayi. Setelah dilakukan pengkajian lebih dalam banyak balita yang kurang terpantau tumbuh kembangnya secara rutin dan berkala dengan kondisi saat ini masih dalam pandemi COVID-19 pelayanan Posyandu menerapkan pembatasan pelayanan. Pelayanan kesehatan wajib mematuhi protokol kesehatan (mencuci tangan, menggunakan masker dan menjaga jarak), jika angka covid-19 sedang melonjak Posyandu Balita ditiadakan.

Berdasarkan permasalahan tersebut diatas, tim pengabdian masyarakat Prodi DIII Kebidanan STIKES Widyagama Husada ingin memberikan pelatihan dan memberdayakan kader Posyandu Balita dalam pemantauan pertumbuhan dengan pijat bayi. Harapannya penyimpangan atau hambatan tumbuh kembang akan mudah di deteksi sejak anak usia dini dengan keterampilan kader Posyandu yang baik tentang pijat bayi. Sehingga dapat segera mungkin di masa rentan tumbuh kembang upaya pencegahan, upaya stimulasi dan upaya penyembuhan serta upaya pemulihan dapat diberikan dengan indikasi jelas.

METODE

Desa Mangliawan Kab. Malang mempunyai 6 Posyandu Balita di bawah naungan Puskesmas Pakis, dengan jumlah kader?? Dalam pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat kepada kader Posyandu Balita Anggrek di Desa Mangliawan Kab. Malang sebelum dilaksanakan kegiatan inti yakni TOT (*Training of Trainer*) dan pendampingan kader dilakukan beberapa tahap persiapan, diantaranya :

1. Tahap koordinasi dan penjadwalan kegiatan

Koordinasi awal dilakukan tim pengabdian masyarakat bersama Bidan Koordinator untuk mendapatkan ijin kegiatan yang akan dilakukan. Dilanjutkan dengan pertemuan dengan perwakilan kader Posyandu untuk membicarakan pelaksanaan program pelatihan Pijat Bayi.

Setelah mendapatkan persetujuan, tim dibantu Bidan Koordinator melakukan penjadwalan dalam pelaksanaan TOT (*Training of Trainer*) Pijat Bayi serta peningkatan pengetahuan pendidikan kesehatan, meliputi aspek peningkatan pengetahuan, sikap dan keterampilan dalam pemantauan tumbuh kembang balita yang dapat diikuti oleh kader Posyandu Balita. Kegiatan kedua adalah pendampingan kader Posyandu dalam melaksanakan Pijat Bayi.

2. Tahap persiapan alat dan bahan

Alat dan bahan dipersiapkan sebelum kegiatan dilakukan. Persiapan alat dan bahan disesuaikan dengan kebutuhan pelatihan pijat bayi. Beberapa alat dan bahan yang disiapkan oleh tim pengabdian masyarakat antara lain: pengadaan modul Pijat Bayi, matras, baby oil, minyak telon dan handuk kecil.

3. Tahap pelaksanaan

Pelaksanaan kegiatan pengabdian kepada masyarakat pada kader Posyandu Balita dilakukan sesuai jadwal yang telah disepakati. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat dilaksanakan mulai tanggal 21 Februari – 20 Maret 2022 di Desa Mangliawan Kec. Pakis Kab. Malang. Kegiatan pertama adalah memberikan TOT (*Training of Trainer*) Pijat Bayi. Kegiatan kedua adalah pendampingan kader Posyandu dalam melaksanakan Pijat Bayi. Jumlah kader/ peserta 6 orang, yang mana adalah perwakilan dari masing – masing Posyandu

4. Evaluasi

Evaluasi pelaksanaan kegiatan yang dilakukan oleh tim pengabdian bertujuan untuk menelaah masalah yang timbul maupun kekurangan selama kegiatan ini dilakukan, selain itu tim pengabdian melakukan monev dengan tujuan menelaah seberapa jauh penyerapan materi yang disampaikan dan dapatkah materi tersebut dipahami dan dipraktikkan dengan benar dengan tetap melakukan pendampingan terhadap kader dalam melaksanakan pemijatan bayi.

Evaluasi dilakukan secara berkesinambungan dan keberlanjutan dengan menggunakan media komunikasi WA group (*whats app*)

maupun *Video Call* pada saat kader melakukan pemijatan bayi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Tahap koordinasi dan penjadwalan kegiatan

Pengabdian Masyarakat ini dilaksanakan melalui beberapa tahapan. Tahapan pertama adalah tahapan persiapan, tahapan ini dilaksanakan sejak bulan Februari 2022. Di dalam prosesnya tim pengabdian berkoordinasi dengan mitra terkait tujuan dan manfaat dari kegiatan yang akan dilakukan. Sebelumnya koordinasi internal tim pengabdian telah dilakukan dengan fokus pembahasan pembagian tugas masing – masing anggota, pembahasan terkait teknis kegiatan, media yang akan digunakan dalam kegiatan, materi kegiatan, pembuatan modul, serta persiapan sarana prasarana. Kesepakatan dalam diskusi antara lain yakni TOT (*Training of Trainer*) pijat bayi diberikan oleh ketua Tim pengabdian dan anggota sebagai pendamping praktikum pijat bayi.

2. Tahap persiapan alat dan bahan

Beberapa keperluan kegiatan yang disiapkan oleh Ketua dibantu oleh para anggota adalah pelatihan kit yang berisi ATK, presensi acara, berita acara, modul Pijat Bayi, leaflet, konsumsi dan lain – lain. Beberapa hal yang dapat difasilitasi tim pengabdian dalam pelaksanaan kegiatan antara lain: materi pelatihan, modul pijat bayi, pelatihan *kit*, absensi peserta, berita acara kegiatan dan lain-lain. Tempat kegiatan yang akan digunakan serta sarana prasarana dikoordinasikan bersama – sama dengan mitra. Hasil koordinasi telah disepakati bahwa kegiatan diselenggarakan di Ruang Pertemuan Posyandu Angrek.

3. Tahap pelaksanaan

Tahapan pelaksanaan ada dua kegiatan yakni TOT (*Training of Trainer*) Pijat Bayi dilaksanakan pada hari Sabtu, 26 Februari 2022 bertempat di Ruang Pertemuan Posyandu Angrek. Kegiatan berlangsung mulai pukul 09.30 hingga 14.30 WIB. Total peserta pelatihan dari Kader Posyandu Balita terdiri dari 6 orang yang merupakan perwakilan dari keseluruhan Kader Posyandu Balita. Materi utama yang disampaikan dalam kegiatan TOT (*Training of Trainer*) kader ini adalah: pijat bayi sehat.



Gambar 1. Penyampaian Materi Pijat Bayi

Pada penyajian materi tentang pijat bayi, beberapa hal yang disampaikan adalah pertumbuhan dan perkembangan bayi, thopical therapy dan tata cara pijat bayi sehat.



Gambar 2. Praktikum Pijat Bayi

Praktikum pijat bayi dilakukan oleh masing – masing kader dengan didampingi oleh pemateri/ mentor. Kader di bimbing satu persatu terkait cara dan area pemijatan pada bayi



Gambar 3. Pelaksanaan TOT Pijat Bayi

Sebelum dan sesudah pelaksanaan TOT (*Training of Trainer*) Kader Posyandu diberikan kuesioner untuk mengukur pengetahuan tentang tumbuh kembang dan pijat bayi dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 1. Pengetahuan Kader Posyandu Sebelum & Sesudah TOT (*Training of Trainer*)

Pengetahuan	Sebelum		Setelah	
	N	%	N	%
Baik	0	0	5	83.3
Cukup	3	50	1	16.7
Kurang	3	50	0	0

Kegiatan kedua adalah pendampingan Kader Posyandu dalam pelaksanaan pijat bayi.



Gambar 4. Pendampingan Pijat Bayi

Proses pendampingan dilakukan pada saat kader mempraktekkan pijat bayi pada bayi balita di wilayahnya. Dalam proses pendampingan di lakukan pengamatan tentang tata cara pemijatan, beberapa langkah yang kurang tepat segera dilakukan evaluasi tindakan oleh tim pengabdian.

Monitoring evaluasi kegiatan dilakukan secara berkala, yakni pada saat awal kader melakukan kunjungan rumah untuk melakukan pijat bayi dan pada saat kunjungan rumah kedua dengan rentang waktu 2 minggu. Monitoring evaluasi dilakukan dengan mendampingi kader pada saat pemijatan dan dialog tentang kegiatan yang dilakukan serta kendala yang ditemui lewat WA (*Whatsapp*) *Group*. Tidak ada kendala yang berarti selama proses kegiatan, kegiatan berjalan dengan

lancar dan para kader dapat mempraktekkan pijat bayi dengan baik.

SIMPULAN

Kegiatan Pengabdian Kepada Masyarakat yang telah dilakukan oleh Tim Pengabdian dapat menjadi solusi bagi kader Posyandu Desa Mangliawan Kec. Pakis dalam upaya peningkatan pemantauan tumbuh kembang bayi dan balita. Capaian kegiatan yang telah dilakukan antara lain: Kader Posyandu menguasai teori konsep dan indikator pertumbuhan dan perkembangan. Kader Posyandu menguasai konsep teori dan praktik pijat bayi. Tersedianya sarana dan prasarana penunjang kegiatan seperti modul Pijat Bayi, matras, baby oil, minyak telon dan handuk kecil. Kader telah melakukan tugasnya yaitu melakukan pemantauan tumbuh kembang bayi dan balita dengan pijat bayi sesuai jadwal Posyandu. Kader Posyandu diharapkan dapat melakukan tugasnya sesuai komitmen yang telah disepakati serta mampu menjaga sarana prasarana sebagai penunjang kegiatan dengan baik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terima kasih penulis sampaikan pada pihak Desa Mangliawan Kec. Pakis yang sudah mengizinkan penulis untuk melaksanakan pengabdian masyarakat di wilayahnya. Terima kasih juga penulis sampaikan kepada bidan koordinator wilayah serta para kader Posyandu Balita yang sudah meluangkan waktu & bersedia menjalani TOT (*Training of Trainer*)

DAFTAR RUJUKAN

- Adamson, A. (1996) 'Physical chemistry of surfaces, fifth edition.', *Recueil des Travaux Chimiques des Pays-Bas*, 110(4), pp. 137–137. doi: 10.1002/recl.19911100413.
- Bappenas (2012) *Kerangka Kebijakan Gerakan Nasional Percepatan Perbaikan Gizi dalam Rangka Seribu Hari Pertama Kehidupan (Gerakan 1000 HPK)*
- Bastian, A. (2014) 'Pijat Bayi oleh Pemijat Tradisional di Kec. Medan Area', *Jurnal Fakultas Kesehatan Masyarakat USU*, 1(2).
- Field, T. (2010) 'Preterm infant massage therapy research: a review', *Infant behavior & development*, 33(2), pp. 115–124. doi: 10.1016/J.INFBEH.2009.12.004.
- Field, T. (2011) 'Potential Underlying Mechanism for Greater Weight Gain

Massage Preterm Infants.', *Infant behavior & development*, 34(2), pp. 383–389.

Ottenbacher, et al (2014) 'The effectiveness of tactile stimulation as a form of early intervention: A quantitative evaluation.', *Development Behavior*, 8, pp. 68–76.