
EDUKASI TENTANG PIJAT BAYI TERHADAP IBU UNTUK MENINGKATKAN PERTUMBUHAN DAN PERKEMBANGAN BAYI DI KLINIK CITRA KOTA MEDAN

Adelina Fitri Tanjung, Adriana Bangun, Eka Ristin Tarigan, Achmad Zulfikar Siregar,
Nadiyah Salsabila, Sylvira Rianda, Vidya Desriyani, Siti Aisyah Sa'adah

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Mitra Sejati

Email Koresponden : Adelinatanjung66@gmail.com

Article History:

Received: November 07, 2024;

Revised: November 20, 2024;

Accepted: November 30, 2024;

Online Available: November 30, 2024;

Published: November 30, 2024;

Keywords: *infant massage, maternal knowledge, infant growth, infant development*

Abstract: *Baby massage is a beneficial form of stimulation that supports infant growth and development by increasing relaxation, blood circulation, and stimulating the nervous and digestive systems. However, many mothers still lack adequate knowledge and skills regarding proper infant massage techniques. This community service activity aims to improve mothers' knowledge and skills regarding infant massage as an effort to support infant growth and development. The activity was held at the Citra Clinic in Medan City, targeting mothers with babies aged 0–12 months. The methods used included health education, interactive discussions, demonstrations, and infant massage practice using a baby phantom. Evaluation was conducted through pre- and post-tests to measure participants' knowledge and skills during the activity. A total of 10 mothers participated in this activity. Participants were predominantly mothers aged 20–30 years (80%), had a high school education (70%), and were self-employed (70%). The evaluation results showed an increase in knowledge after the education. The lowest score increased from 53 to 80, the highest score from 73 to 93, and the average score from 63 to 87. Participants also demonstrated high enthusiasm during the discussion and practice sessions and were able to better practice infant massage techniques. These results indicate that education combined with demonstrations and hands-on practice effectively improves mothers' knowledge and skills in infant massage. This activity is expected to encourage mothers to independently practice infant massage at home as a form of stimulation to support optimal infant growth and development. Therefore, similar activities need to be implemented continuously as a promotive and preventive effort in healthcare facilities.*

Abstrak

Pijat bayi (baby massage) merupakan salah satu bentuk stimulasi yang bermanfaat untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi melalui peningkatan relaksasi, sirkulasi darah, serta stimulasi sistem saraf dan pencernaan. Namun, masih banyak ibu yang belum memiliki pengetahuan dan keterampilan yang memadai mengenai teknik pijat bayi yang benar. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu tentang pijat bayi sebagai upaya mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi. Kegiatan dilaksanakan di Klinik Citra Kota Medan dengan sasaran ibu yang memiliki bayi usia 0–12 bulan. Metode yang digunakan meliputi penyuluhan kesehatan, diskusi interaktif, demonstrasi, dan praktik pijat bayi menggunakan phantom bayi. Evaluasi dilakukan melalui pre-test dan post-test untuk mengukur peningkatan pengetahuan peserta serta observasi keterampilan selama kegiatan berlangsung. Sebanyak 10 ibu mengikuti kegiatan ini. Karakteristik peserta didominasi oleh ibu berusia 20–30 tahun (80%), berpendidikan SMA (70%), dan bekerja sebagai wiraswasta (70%). Hasil evaluasi menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan setelah diberikan edukasi. Nilai terendah meningkat dari 53 menjadi 80, nilai tertinggi dari 73 menjadi 93, dan nilai rata-rata dari 63 menjadi 87. Peserta juga menunjukkan antusiasme yang tinggi selama diskusi dan praktik serta mampu mempraktikkan teknik pijat bayi dengan lebih baik. Hasil tersebut menunjukkan bahwa edukasi yang dipadukan dengan demonstrasi dan praktik

langsung efektif meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan pijat bayi. Kegiatan ini diharapkan dapat mendorong ibu menerapkan pijat bayi secara mandiri di rumah sebagai salah satu bentuk stimulasi untuk mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Oleh karena itu, kegiatan serupa perlu dilaksanakan secara berkelanjutan sebagai upaya promotif dan preventif di fasilitas pelayanan kesehatan.

Kata kunci: pijat bayi, pengetahuan ibu, pertumbuhan bayi, perkembangan bayi

PENDAHULUAN

Masa bayi merupakan periode emas (*golden age*) yang sangat penting dalam kehidupan seorang anak karena pada masa ini terjadi pertumbuhan fisik dan perkembangan otak yang berlangsung sangat cepat. Pertumbuhan dan perkembangan yang optimal dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pemenuhan kebutuhan gizi, pemberian Air Susu Ibu (ASI) secara eksklusif, imunisasi, stimulasi perkembangan, kebersihan lingkungan, serta pola asuh yang tepat dari orang tua, khususnya ibu (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022).

Peran ibu dalam merawat bayi sangat menentukan keberhasilan pemenuhan kebutuhan dasar bayi. Pengetahuan ibu mengenai teknik menyusui, perawatan tali pusat, menjaga kebersihan bayi, pemberian imunisasi, pemantauan pertumbuhan, serta stimulasi perkembangan akan berpengaruh terhadap status kesehatan bayi. Kurangnya pengetahuan dan keterampilan ibu dapat menyebabkan terjadinya gangguan pertumbuhan, keterlambatan perkembangan, peningkatan risiko infeksi, bahkan masalah gizi pada bayi (WHO, 2023).

Berdasarkan data UNICEF, masih terdapat berbagai permasalahan yang memengaruhi tumbuh kembang anak, terutama pada 1.000 Hari Pertama Kehidupan (HPK). Oleh karena itu, peningkatan pengetahuan orang tua melalui edukasi kesehatan menjadi salah satu strategi yang efektif dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak secara optimal (UNICEF, 2023)

Edukasi kesehatan merupakan proses pembelajaran yang bertujuan meningkatkan pengetahuan, sikap, dan perilaku masyarakat agar mampu memelihara kesehatannya secara mandiri. Melalui kegiatan penyuluhan, ibu dapat memperoleh informasi yang benar mengenai perawatan bayi sehingga mampu menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Berbagai penelitian menunjukkan bahwa pendidikan kesehatan mampu meningkatkan pengetahuan ibu tentang perawatan bayi, pemberian ASI eksklusif, serta stimulasi tumbuh kembang anak (Notoatmodjo, 2018).

Klinik Citra Kota Medan merupakan salah satu fasilitas pelayanan kesehatan yang memberikan pelayanan kesehatan ibu dan anak. Tujuan dari kegiatan pengabdian kepada

masyarakat ini adalah untuk meningkatkan kepercayaan diri ibu-ibu dalam melakukan pijat bayi di rumah serta meningkatkan pengetahuan mereka tentang teknik pijat bayi yang benar. Dengan demikian, diharapkan pijat bayi dapat diaplikasikan dengan baik.

METODE

Kegiatan Pengabdian kepada Masyarakat (PkM) ini dilaksanakan dalam bentuk edukasi kesehatan mengenai perawatan bayi kepada ibu yang memiliki bayi usia 0–12 bulan di Klinik Citra Kota Medan. Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan ibu dalam melakukan perawatan bayi sehingga mampu mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Sasaran kegiatan adalah ibu yang datang berkunjung ke Klinik Citra Kota Medan untuk memperoleh pelayanan kesehatan bagi bayinya. Edukasi kesehatan dipilih sebagai metode utama karena merupakan salah satu upaya promotif dan preventif yang efektif dalam meningkatkan pengetahuan serta membentuk perilaku kesehatan masyarakat (Notoatmodjo, 2018).

Pelaksanaan kegiatan diawali dengan tahap persiapan yang meliputi koordinasi dengan pihak Klinik Citra Kota Medan, identifikasi kebutuhan peserta, penyusunan materi penyuluhan, serta persiapan media edukasi berupa leaflet, presentasi PowerPoint, Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA), dan phantom bayi sebagai alat demonstrasi. Selain itu, tim pengabdian juga menyusun instrumen evaluasi berupa lembar pretest dan posttest untuk mengukur tingkat pengetahuan peserta sebelum dan sesudah mengikuti kegiatan edukasi (Kemenkes, 2022).

Tahap pelaksanaan dimulai dengan registrasi peserta, kemudian dilakukan pretest untuk mengetahui tingkat pengetahuan awal ibu mengenai perawatan bayi. Selanjutnya tim memberikan penyuluhan melalui metode ceramah yang dipadukan dengan diskusi interaktif dan demonstrasi praktik perawatan bayi, seperti teknik menyusui yang benar, perawatan tali pusat, menjaga kebersihan bayi, pemantauan pertumbuhan menggunakan Buku KIA, pemberian imunisasi sesuai jadwal, serta stimulasi tumbuh kembang sesuai usia bayi. Peserta juga diberikan kesempatan untuk mengajukan pertanyaan dan berdiskusi mengenai berbagai permasalahan yang dihadapi selama merawat bayi di rumah sehingga tercipta komunikasi dua arah yang dapat meningkatkan pemahaman peserta terhadap materi yang diberikan (WHO, 2023).

Tahap evaluasi dilakukan setelah seluruh materi selesai disampaikan melalui pemberian posttest dengan menggunakan instrumen yang sama seperti pada pretest. Hasil pretest dan posttest dibandingkan untuk mengetahui peningkatan pengetahuan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Selain evaluasi pengetahuan, tim juga melakukan observasi terhadap partisipasi aktif peserta selama mengikuti penyuluhan dan kemampuan peserta dalam memahami materi yang telah disampaikan. Keberhasilan kegiatan ditandai dengan meningkatnya nilai posttest dibandingkan nilai pretest, tingginya partisipasi peserta dalam diskusi, serta meningkatnya pemahaman ibu mengenai pentingnya perawatan bayi sebagai upaya mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal (Kemenkes, 2022).



Hasil dan pembahasan

Pengabdian telah dilaksanakan pada hari Senin, 4 Mei 2024 jam 09.00-13.00 WIB di Klinik Citra Medan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat berupa Edukasi Tentang Pijat Bayi Terhadap Ibu Untuk Meningkatkan Pertumbuhan Dan Perkembangan Bayi Di Klini Citra Kota Medan menunjukkan hasil yang positif dalam meningkatkan pengetahuan peserta. Berdasarkan hasil pretest, sebagian besar ibu memiliki tingkat pengetahuan yang berada pada kategori cukup dan kurang. Kondisi ini menggambarkan bahwa sebelum kegiatan edukasi dilaksanakan, ibu

belum memperoleh informasi tentang pijat bayi secara memadai dan terstruktur, khususnya terkait pertumbuhan dan perkembangan bayi.

Tabel 1 Distribusi Karakteristik Sasaran

Karakteristik	Ibu dengan bayi (n=10)	
	N	%
Umur		
<20 tahun	0	0
20-30 tahun	8	80%
>35 tahun	2	20%
Pendidikan		
SMP	2	20%
SMA	7	70%
Perguruan Tinggi	1	10%
pekerjaan		
IRT	3	30%
Wiraswasta	7	70%

Berdasarkan karakteristik responden, mayoritas ibu dengan bayi berusia 20–30 tahun yaitu sebanyak 8 orang (80%), sedangkan responden yang berusia lebih dari 35 tahun sebanyak 2 orang (20%). Tidak terdapat responden yang berusia kurang dari 20 tahun. Berdasarkan tingkat pendidikan, sebagian besar responden memiliki pendidikan terakhir SMA sebanyak 7 orang (70%), diikuti SMP sebanyak 2 orang (20%), dan perguruan tinggi sebanyak 1 orang (10%). Berdasarkan pekerjaan, sebagian besar responden bekerja sebagai wiraswasta sebanyak 7 orang (70%), sedangkan ibu rumah tangga (IRT) sebanyak 3 orang (30%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Nilai Pengetahuan Ibu tentang pijat bayi

Nilai	Ibu dengan Bayi		
	Pre	Post	Keterangan
Nilai terendah	53	80	Meningkat
Nilai Tertinggi	73	93	Meningkat
Nilai Rata-rata	63	87	Meningkat

Berdasarkan hasil pre-test dan post-test pada ibu dengan bayi, terlihat adanya peningkatan nilai pada seluruh indikator. Nilai terendah meningkat dari 53 pada saat pre-test menjadi 80 pada saat post-test. Nilai tertinggi juga mengalami peningkatan dari 73 menjadi 93. Selain itu, nilai

rata-rata meningkat dari 63 pada pre-test menjadi 87 pada post-test. Hasil tersebut menunjukkan bahwa terjadi peningkatan skor pengetahuan setelah diberikan intervensi pada seluruh responden. Peningkatan nilai rata-rata dari 63 menjadi 87 menunjukkan bahwa intervensi yang diberikan efektif dalam meningkatkan pengetahuan ibu.

Berdasarkan tabel tersebut, diperoleh bahwa edukasi tentang pijat bayi telah memberikan dampak positif dengan meningkatkan pengetahuan ibu dalam pijat bayi .

Metode yang diterapkan dalam kegiatan ini berupa edukasi melalui penyuluhan dengan memanfaatkan media leaflet sebagai sarana penyampaian informasi kesehatan. Selama pelaksanaan penyuluhan, peserta tidak hanya menerima materi, tetapi juga terlibat dalam sesi diskusi dan tanya jawab. Antusiasme peserta terlihat dari banyaknya pertanyaan yang diajukan terkait pijat bayi, yang menunjukkan adanya ketertarikan dan keinginan untuk memahami materi secara lebih mendalam. Hasil ini sejalan dengan kegiatan pengabdian kepada masyarakat yang dilakukan oleh Kartika dan Lestari (2021), yang menerapkan metode ceramah, simulasi, dan tanya jawab dalam memberikan edukasi kepada ibu hamil.

Hasil pada tahap post-test menunjukkan adanya peningkatan tingkat pengetahuan dan keterampilan peserta setelah mengikuti kegiatan edukasi. Peningkatan tersebut mencerminkan bahwa ibu semakin mampu memahami dan mempraktikkan teknik pijat bayi dengan benar. Kemampuan ibu dalam melakukan pijat bayi diharapkan dapat memberikan stimulasi yang optimal terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi. Selain itu, pijat bayi diketahui dapat mendukung peningkatan berat badan melalui peningkatan aktivitas nervus vagus yang berperan dalam mengoptimalkan proses penyerapan nutrisi. Pijat juga merangsang sekresi hormon pencernaan, seperti gastrin dan insulin, sehingga proses pencernaan dan pemanfaatan zat gizi menjadi lebih efektif (Lestari et al., 2022).

Peningkatan aktivitas hormon insulin dan gastrin berperan penting dalam proses metabolisme makanan, termasuk metabolisme karbohidrat, pembentukan cadangan glikogen, sintesis lemak, serta sintesis protein. Meningkatnya kadar kedua hormon tersebut akan mengoptimalkan fungsi sistem pencernaan sehingga penyerapan zat gizi berlangsung lebih efektif (Krisnanto & Natalia, 2019). Kondisi ini berkontribusi terhadap pertumbuhan bayi, terutama dalam mendukung peningkatan berat badan. Selain memberikan manfaat terhadap pertumbuhan, pijat bayi yang dilakukan secara rutin juga dapat menstimulasi perkembangan bayi. Stimulasi

yang diberikan melalui pijatan membantu bayi mengembangkan kemampuan motorik sehingga gerakan yang dilakukan menjadi lebih kompleks, terkoordinasi, dan sesuai dengan tahapan usianya. Pemberian stimulasi sejak bayi baru lahir secara konsisten berperan penting dalam mendukung perkembangan yang optimal serta mengurangi risiko terjadinya keterlambatan perkembangan (Purwanti, 2023).

Perkembangan anak tidak hanya dipengaruhi oleh faktor genetik, tetapi juga oleh faktor lingkungan melalui pemberian stimulasi yang tepat. Salah satu bentuk stimulasi yang dapat mendukung proses perkembangan adalah terapi *baby spa*, yang terbukti memberikan manfaat dalam merangsang perkembangan bayi (Desyanti et al., 2022).

Edukasi dan pelatihan memiliki peran penting karena terbukti memberikan dampak positif terhadap perubahan perilaku yang dapat dipertahankan dalam jangka panjang. Melalui kegiatan edukasi, peserta memperoleh pengetahuan yang lebih baik mengenai manfaat dan cara melakukan suatu tindakan dengan benar, sedangkan pelatihan memberikan kesempatan untuk mempraktikkan keterampilan tersebut secara langsung. Kombinasi antara peningkatan pengetahuan dan keterampilan ini dapat meningkatkan kepercayaan diri serta kesiapan peserta dalam menerapkan perilaku yang telah dipelajari dalam kehidupan sehari-hari. Dengan demikian, perubahan perilaku tidak hanya bersifat sementara, tetapi berpotensi menjadi kebiasaan yang dilakukan secara konsisten sehingga memberikan manfaat yang berkelanjutan bagi kesehatan ibu dan bayi.

KESIMPULAN

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat melalui edukasi dan pelatihan pijat bayi di Klinik Citra Kota Medan berhasil meningkatkan pengetahuan ibu. Peningkatan pengetahuan dan keterampilan ibu diharapkan dapat meningkatkan kepercayaan diri dalam melakukan pijat bayi secara mandiri di rumah. Praktik pijat bayi yang dilakukan secara rutin dapat menjadi salah satu bentuk stimulasi yang mendukung pertumbuhan dan perkembangan bayi secara optimal. Oleh karena itu, kegiatan edukasi serupa perlu dilaksanakan secara berkesinambungan di fasilitas pelayanan kesehatan sebagai upaya promotif dan preventif dalam meningkatkan kesehatan ibu.

DAFTAR PUSTAKA

- Desyanti, D., dkk. (2022). *Pengaruh baby spa terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi*. Jurnal Kesehatan, 13(2), 145–152.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Buku Kesehatan Ibu dan Anak (KIA)*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2022*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Lestari, K. P., Nurbadlina, F. R., Wagiyo, & Jauhar, M. (2021). The effectiveness of baby massage in increasing infant's body weight. *Journal of Public Health Research*, 10(1 Suppl.). <https://doi.org/10.4081/jphr.2021.2332>
- Mrljak, R., Danielsson, A. A., Hedov, G., & Garmy, P. (2022). Effects of infant massage: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(11), 6378. <https://doi.org/10.3390/ijerph19116378>
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan: Teori dan Aplikasi* (Edisi Revisi). Jakarta: Rineka Cipta.
- Purwanti. (2023). *Pengaruh pijat bayi terhadap pertumbuhan dan perkembangan bayi: Literature review*. Jurnal Kebidanan Indonesia, 14(1), 45–53.
- Sari, M. R., & Madinah. (2021). Keefektifan pendidikan kesehatan dengan metode demonstrasi terhadap keterampilan ibu dalam pijat bayi. *Health Care: Jurnal Kesehatan*, 10(1), 54–61. <https://doi.org/10.36763/healthcare.v10i1.104>
- UNICEF. (2023). *The State of the World's Children 2023*. New York: United Nations Children's Fund.
- World Health Organization. (2023). *Infant and young child feeding*. Geneva: World Health Organization.