

## **PENYULUHAN TENTANG PERILAKU IBU DALAM MASASE BAYI USIA 3-6 BULAN**

**Debora Paninarsari<sup>1</sup>, Valentina Uli Veronika Purba<sup>2</sup>, Ester Zuwita Harefa<sup>3</sup>,  
Tari Fadilah Berlian<sup>4</sup>, Yesdita Rohanita Wau<sup>5</sup>**

Program Studi Sarjana Kebidanan  
Universitas Prima Indonesia Medan  
Email: *thebora\_depari@yahoo.com*

### **ABSTRAK**

Perilaku ibu tentang pijat bayi ditunjukkan oleh kesediaan ibu untuk memijat bayinya baik secara mandiri maupun kepada petugas kesehatan. Dalam pengabdian masyarakat ini terdapat sejumlah ibu bayi yang tidak memijat bayinya. Perilaku ibu tentang pijat bayi antara lain dipengaruhi oleh pengalaman, kebudayaan, sumber informasi dan faktor emosional. Perilaku ibu bukan merupakan suatu tindakan atau aktifitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku untuk bisa melakukan pijat bayi. Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah di praktikkan sejak abad-abad silam. Tujuan pengabdian masyarakat ini untuk mengetahui kemampuan dan perilaku masyarakat atau ibu dalam masase bayi usia 3-6 bulan. Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan/edukasi memberikan pendidikan kesehatan tentang masase bayi usia 3-6 bulan, pemberian reward bagi para ibu. Hasil yang dicapai setelah mengikuti penyuluhan dan diskusi masyarakat Kelurahan Paluh Sibaji mengetahui peningkatan terhadap kemampuan dan perilaku ibu dalam masase bayi usia 3-6 bulan.

Kata Kunci: pijat bayi, perilaku ibu, bayi

### **ABSTRACT**

*Maternal behavior regarding baby massage is shown by the mother's willingness to massage her baby either independently or with health workers. In this study there were a number of mothers who did not massage their babies. Mother's behavior regarding baby massage is influenced, among other things, by experience, culture, sources of information and emotional factors. The mother's behavior is not an action or activity, but is a predisposition to the action of a behavior to be able to do baby massage. Massage is an art of health care and medicine that has been practiced for centuries. The aim of this community service is to determine the abilities and behavior of the community or mothers in massaging babies aged 3-6 months. The methods used in the series of activities include counseling/education, providing health education about massaging babies aged 3-6 month, giving rewards to mothers. The result achieved after participating in community outreach and discussions in Paluh Subaji Village showed an increase in mothers' abilities and behavior in massaging babies aged 3-6 months.*

*Keywords: baby massage, mother's behavior, babies*

### **PENDAHULUAN**

Pijat atau masase adalah terapi sentuh paling tua yang dikenal manusia dan paling populer. Pijat adalah seni perawatan kesehatan dan pengobatan yang telah dipraktekkan sejak abad-abad silam. Bahkan, diperkirakan ilmu ini telah dikenal sejak awal manusia diciptakan ke dunia,

mungkin karena pijat berhubungan sangat erat dengan kehamilan dan proses kelahiran manusia. Pijat dapat dilakukan pada semua umur termasuk pada bayi. Sentuhan dan pijat pada bayi setelah kelahiran dapat memberikan jaminan adanya kontak tubuh berkelanjutan

yang dapat mempertahankan perasaan aman pada bayi (Roesli, 2009).

Bayi baru lahir normal adalah bayi yang baru lahir pada usia kehamilan 37-42 minggu dan berat badan 2.500-4000 gram. WHO (1961) menambahkan bahwa bayi prematur adalah bayi yang lahir sebelum usia kehamilan 37 minggu dengan berat lahir dibawah 2500 gram). Bayi-bayi prematur yang dipijat secara teratur setiap hari menunjukkan perkembangan fisik dan emosional yang lebih baik ketimbang pada bayi-bayi yang tidak dipijat. Berat badan bayi prematur yang dipijat mengalami peningkatan berat badan 20 hingga 40 persen dibandingkan bayi yang tidak dipijat (Roesli, 2008).

Bayi yang berusia 1-3 bulan, yang dipijat selama 15 menit, 2 x seminggu selama 6 minggu didapatkan kenaikan berat badan yang lebih dari bayi yang tidak dipijat. Tidak hanya itu pijat bayi bermanfaat untuk meningkatkan sistem kekebalan tubuh, mengubah gelombang otak secara positif, memperbaiki sirkulasi darah dan pernafasan, merangsang fungsi pencernaan dan pembuangan, meningkatkan hubungan batin antara orang tua dan bayinya, dan meningkatkan volume air susu ibu (Roesli, 2009).

Menurut Azwar, pengetahuan merupakan penentuan seseorang untuk berperilaku, karena dari pengetahuan seseorang akan menimbulkan sebuah perasaan atau pemikiran yang ditunjukkan dengan perilaku baik itu positif maupun negatif. Meskipun pijat bayi mempunyai manfaat yang besar bagi bayi, namun kenyataannya banyak ibu yang tidak mau

melakukan pemijatan pada bayinya dengan alasan tidak sempat, malas serta adanya rasa takut. Mereka akan memijatkan bayinya pada dukun pijat bayi ketika bayi mereka rewel saja. Oleh karena itu, perlu dilaksanakannya penyuluhan tentang perilaku ibu dalam masase bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Paluh Sibaji Tahun 2021.

## **METODE**

Metode yang digunakan dalam kegiatan serangkaian tahap antara lain dengan penyuluhan ini adalah bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Paluh Sibaji.

Adapun kegiatan pada acara penyuluhan ini yang dilakukan pada tahap awal yaitu: tahap tanya-jawab dalam pengabdian dilakukan dengan tanya jawab seputar materi yang akan diberikan, tahap ini bertujuan untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan ibu tentang berperilaku dalam masase bayi usia 3-6 bulan di Kelurahan Paluh Sibaji.

Tahap pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan dengan pelayanan tentang perilaku ibu dalam masase bayi usia 3-6 bulan, pemeriksaan gizi. Kebersihan diri/personal hygiene. Kegiatan ini juga memberikan pendidikan kesehatan tentang masase bayi usia 3-6 bulan, pemberian reward bagi para ibu, *doorprize* usai kegiatan penyuluhan, dan pemberian *reward* bagi para kader.

Tahap evaluasi dalam pengabdian masyarakat ini adalah untuk mengetahui sejauh mana pengetahuan dan pemahaman tentang

perilaku ibu dalam masase ibu usia 3-6 bulan dengan memberikan 3 pertanyaan kepada peserta dan peserta menjelaskan kembali terkait materi yang telah disampaikan.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan pengabdian masyarakat dilakukan secara bertahap, kegiatan ini diawali dengan pembukaan yaitu pengenalan tim pengabdian masyarakat dengan peserta. Tim memperkenalkan diri dan menjelaskan tujuan dari kegiatan yang akan dilakukan. Tahap kegiatan selanjutnya adalah melakukan cara tanya-jawab kepada peserta seputar materi yang terkait. Sehingga semua peserta sudah memahami dan menguasai materi terkait tentang perilaku ibu dalam masase bayi usia 3-6 bulan. Ketercapaian target materi pada kegiatan penyuluhan ini cukup baik, karena materi telah dapat disampaikan secara keseluruhan.

Pemberian stimulasi merupakan salah satu upaya yang dapat dilakukan orang tua dalam mendukung pertumbuhan dan perkembangan anak. Pijat bayi telah umum diterapkan pada anak secara turun-temurun. Pijat bayi merupakan terapi sentuh kontak langsung dengan tubuh yang dapat memberikan rasa aman dan nyaman pada bayi. Sentuhan dan pelukan dari seorang ibu adalah kebutuhan dasar bayi. Jika pijat bayi dilakukan secara teratur akan meningkatkan hormon katekolamin (epinefrin dan norepinefrin) yang dapat memicu stimulasi tumbuh kembang karena dapat meningkatkan nafsu makan, meningkatkan berat badan, dan

merangsang perkembangan struktur maupun fungsi otak (Riksani, 2012)

Pijat bayi sangat penting bagi kesehatan bayi. Terutama apabila dilakukan oleh orang tua sendiri, sehingga peran orang tua sangat dibutuhkan dalam memberikan pijatan pada bayi. Agar menciptakan komunikasi antara orang tua dan bayi melalui sentuhan pijatan yang mengandung unsur kasih sayang, suara, kontak mata, dan gerakan. Pijat pada bayi dapat melibatkan keluarga–keluarga terdekat untuk mendekatkan hubungan emosional, misalnya ayah, nenek, kakek. Naluri seorang bayi dapat merespon sentuhan dari ibunya sebagai ungkapan rasa cinta, perlindungan, dan perhatian (Roesli, 2013).

Pengabdian masyarakat ini bertujuan untuk melaksanakan praktik pengetahuan ibu berperilaku dalam masase bayi usia 3-6 bulan sehingga terjadi peningkatan pengetahuan dan latihan ibu melalui kelas ibu belajar berperilaku dalam masase dengan kesadaran berperilaku sehingga dapat terjadi penurunan kecemasan diharapkan masase dengan rujukan menurun serta peningkatan berperilaku dalam masase yang baik di puskesmas di Kelurahan Paluh Sibaji. Pengabdian Masyarakat Praktik kesadaran berperilaku dalam masase untuk Kenyamanan bayi dalam Kelas Ibu masase diikuti oleh 30 ibu dari bayi usia 3-6 bulan selama 2 hari melibatkan narasumber pakar di bidangnya yaitu Bidan dengan keahlian dan kemampuan dalam masase dilanjutkan

pendampingan secara online hingga berperilaku dalam masase bayi usia 3-6 bulan.

Panduan model masase bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun efektif meningkatkan pertumbuhan dan mengurangi kelelahan. Panduan model masase bayi berisi tujuh model masase, yaitu: model masase bayi bagian kaki berupa mengusap, melingkar, fibrasi, memutar jari kaki, remasan dan tepukan telapak kaki, model masase bayi bagian perut berupa mengusap, jari-jari berjalan, angka "171", lingkaran kecil, gerakan tekan ke samping, menekuk dan menarik kaki, model masase bayi bagian dada berupa mengusap, gerakan "V", lingkaran kecil, gerakan cinta, model masase bayi bagian tangan berupa mengusap, pijatan jari tangan ke dalam, menimba air sumur, menggulung, tepukan, dan peregangan, model masase bayi bagian wajah berupa belaian kepala, tarik telinga, mengusap dahi, senyum 1 dan 2, model masase bayi bagian punggung dan pantat berupa maju mundur, tepukan, melingkar 2 jari, jari-jari berhadapan, menyilang, menggaruk, mengepel, dan tekuk tungkai, model Bagi bidan di klinik atau tempat praktek hendaknya dapat menggunakan model masase bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun untuk mengurangi kelelahan di tempat praktek, sebagai model masase agar lebih bervariasi. Bagi para orang tua hendaknya juga dapat menggunakan model ini di rumah sesuai dengan panduan model masase dengan memperhatikan karakteristik bayi serta. Untuk pengembangan produk lebih lanjut, selain

berupa buku panduan model masase bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Perilaku ibu dalam masase bayi usia 3-6 bulan adalah untuk mengetahui bagaimana perilaku ibu untuk masase bayinya sehingga meningkatkan pertumbuhan, meningkatkan daya tahan tubuh. Pijatan lembut pada bayi dapat membantu bayi lebih rileks, sehingga menurunkan stres dan tekanan yang menunjang produksi imun tubuh. Memijat adalah salah satu aktivitas yang memberikan stimulasi positif pada tubuh lewat sentuhan fisik. Aktivitas ini bermanfaat bagi bayi, terutama jika dilakukan sejak usia tiga bulan pertama setelah persalinan. Salah satu manfaat pijat bayi adalah mendorong rasa rileks dan nyaman yang baik bagi tumbuh kembangnya.

Dari hasil penilaian para ahli materi terhadap model masase bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun untuk meningkatkan pertumbuhan dan mengurangi kelelahan dapat disimpulkan bahwa model masase bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun ini aman dan bermanfaat bagi bayi. Oleh karena itu, bagi ibu model masase bayi usia 3 bulan sampai 3 tahun yang dikembangkan layak digunakan, untuk tumbuh-kembangnya.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Aminarti, D. (2013). *Pijat dan senam untuk bayi & balita, cetakan ke-1*. Yogyakarta: Brilliant Books.
- Auckett, A. D. (1989). *Baby massage parent-child bonding through touch*. New York: Newmarket Press.

- Chapman, Glenda & Bond, Cherry. (2011). Baby massage: A touch therapy, *Journal International*.
- [http://www.infantmassagetraining.com/Baby\\_massage\\_positive\\_touch\\_G\\_chapman\\_and\\_C\\_Bond.pdf](http://www.infantmassagetraining.com/Baby_massage_positive_touch_G_chapman_and_C_Bond.pdf).
- Dasuki. (2003). Pengaruh pijat bayi terhadap kenaikan berat badan bayi umur 4 bulan. Tesis magister, tidak diterbitkan. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.
- Darma Sitepu, Indra. (2007). Efektifitas massage terhadap penurunan kelelahan otot tangan operator komputer puskom unimed tahun Tesis magister.
- Menkes. (2002). Keputusan menteri kesehatan nomor 900, tentang Registrasi dan Praktek Bidan.
- Roesli, Utami. (2001). Pedoman pijat bayi (Rev. edisi 1). Jakarta: Trubus Agriwidya.
- Sari, Anggrita. (2004). *Pengaruh penyuluhan pijat bayi terhadap pengetahuan dan sikap ibu tentang pijat bayi di dusun dukuh desa Sidokarto Godean Sleman, Skripsi tidak diterbitkan*, Yogyakarta: Universitas Gajah Mada.